

※2025年07月27日02:10 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

[illegible]



[illegible]

【通常レッスン】

講座	レッスン名		時間
1.5	リラクス	リラクسسヨガ	60分
1.5	リンパリフレクシュ	リンパリフレクシュヨガ	60分
1.5	睡眠	至福の睡眠ヨガ	60分
1.5	Dデトックス	デジタルデトックスヨガ	60分
1.5	ハーモニックBY	ハーモニックフリージングヨガ	60分
2	美律	美律ホルモンヨガ	60分
2	ヨガビギナー	ヨガビギナー	60分
2	ヨガフローラ	ヨガフローリラクス	60分
2	美腸力	美腸力ヨガ	60分
2	上半身スッキリ初級	上半身スッキリヨガ初級	60分
2.5	ヨガB	ヨガベーシック	60分
2.5	◎ウェーブリング	ウェーブリングヨガ【常温】	60分
2.5	背中美人	背中美人ヨガ	60分
2.5	ネイチャー	ネイチャーフィールヨガ	60分
3	骨盤	骨盤筋整ヨガ	60分
3	PW初級	パワーヨガ初級	60分
3	お腹	お腹引き締めヨガ	60分
3	美脚	美脚ヨガ	60分
3	サウンドA	サウンドフローヨガ アクティブ	60分
3	美尻	美尻ヨガ	60分
3	サウンドE	サウンドフローヨガ エモーション	60分
3	ニラゲ	ほっそり二の腕ヨガ	60分
3	上半身スッキリ中級	上半身スッキリヨガ中級	60分
3.5	ヨガフロ-B	ヨガフローベーシック	60分
3.5	開脚	開脚フローヨガ	60分
3.5	ジョイフル	ジョイフルヨガ	60分
3.5	下半身きれい中級	下半身きれいいヨガ中級	60分
3.5	MYB	Music Yoga Burning	75分
4	エナジー	エナジーヨガ	60分
4.5	ヨガA	ヨガアドバンス	70分
5	PW上級	パワーヨガ上級	60分
5	ヨガフロ-A	ヨガフローアドバンス	70分

【パーソナル】

強度	レッスン名		時間
2	◎ハ・ソナル45	【特別料金】パーソナルヨガ45	45分

【スクリーン】

階層	レッスン名		時間
1.5	◇リッパリアル	【スクリーン】リッパリアルフレッシュヨガ	60分
1.5	◇リッパクス	【スクリーン】リッパックスヨガ	60分
2	◇ヨカビギナー	【スクリーン】ヨガビギナー	60分
2.5	◇ネイチャー	【スクリーン】ネイチャーフィールヨガ	60分
2.5	◇ヨカB	【スクリーン】ヨガベーシック	60分
3	◇お腹	【スクリーン】お腹引き締めヨガ	60分
3	◇美尻	【スクリーン】美尻ヨガ	60分
3	◇PW初級	【スクリーン】パワーヨガ初級	60分
3	◇サウンドA	【スクリーン】サウンドフローヨガ アクティブ	60分
3	◇背盤	【スクリーン】背盤筋整ヨガ	60分
3	◇美脚	【スクリーン】美脚ヨガ	60分
3.5	◇開脚	【スクリーン】開脚フローヨガ	60分
3.5	◇ジョイフル	【スクリーン】ジョイフルヨガ	60分
4	◇エナジー	【スクリーン】エナジーヨガ	60分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(火) 09:30-10:00	1	見学会(4)	
1(火) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
1(火) 14:00-14:30	1	見学会(4)	
1(火) 15:30-16:00	1	見学会(4)	
1(火) 18:00-18:30	1	見学会(4)	
1(火) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
2(水) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
2(水) 11:30-12:00	1	見学会(4)	
2(水) 13:00-13:30	1	見学会(4)	
2(水) 16:00-16:30	1	見学会(4)	
2(水) 17:30-18:00	1	見学会(4)	
2(水) 19:00-19:30	1	見学会(4)	
3(木) 09:30-10:00	1	見学会(4)	
3(木) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
3(木) 14:00-14:30	1	見学会(4)	
3(木) 15:30-16:00	1	見学会(4)	
3(木) 18:00-18:30	1	見学会(4)	
3(木) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
4(金) 09:30-10:00	1	見学会(4)	
4(金) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
4(金) 14:00-14:30	1	見学会(4)	
4(金) 15:00-16:00	2	ブロックでのびのびヨガ	👑 佐藤華蓮
4(金) 15:30-16:00	1	見学会(4)	
4(金) 16:30-17:30	3.5	肩あたまスッキリ！カレンとピンチャ線★	👑 佐藤華蓮
4(金) 18:00-18:30	1	見学会(4)	
4(金) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
5(土) 08:30-09:00	1	見学会(4)	
5(土) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
5(土) 12:00-12:30	1	見学会(4)	
5(土) 13:30-14:00	1	見学会(4)	
5(土) 15:30-16:00	1	見学会(4)	
5(土) 17:00-17:30	1	見学会(4)	
6(日) 08:30-09:00	1	見学会(4)	
6(日) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
6(日) 12:00-12:30	1	見学会(4)	
6(日) 13:30-14:00	1	見学会(4)	
6(日) 15:30-16:00	1	見学会(4)	
6(日) 17:00-17:30	1	見学会(4)	
6(日) 20:05-21:05	1.5	サンセットヨガin江の島	石川万純
7(月) 09:30-10:00	1	見学会(6)	
7(月) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
7(月) 12:30-13:00	1	見学会(4)	
7(月) 18:30-19:00	1	見学会(6)	
7(月) 20:00-20:30	1	見学会(4)	
8(火) 09:00-10:00	3	メンテナンスYOGA—股関節—	👑 矢後恵莉佳
8(火) 09:30-10:00	1	見学会(4)	
8(火) 10:30-11:30	3.5	【常温】ホーイルヨガプラクティス	👑 矢後恵莉佳
8(火) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
8(火) 12:30-13:00	1	見学会(4)	
8(火) 14:00-14:30	1	見学会(4)	
8(火) 18:00-18:30	1	見学会(4)	

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
8(火) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
9(水) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
9(水) 11:30-12:00	1	見学会(4)	
9(水) 13:00-13:30	1	見学会(4)	
9(水) 16:00-16:30	1	見学会(4)	
9(水) 17:30-18:00	1	見学会(4)	
9(水) 18:30-19:30	3	【3時間】後屈WS	👑 矢後恵莉佳
9(水) 19:00-19:30	1	見学会(4)	
10(木) 09:30-10:00	1	見学会(4)	
10(木) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
10(木) 12:30-13:00	1	見学会(4)	
10(木) 14:00-14:30	1	見学会(4)	
10(木) 18:00-18:30	1	見学会(4)	
10(木) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
11(金) 09:30-10:00	1	見学会(4)	
11(金) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
11(金) 12:30-13:00	1	見学会(4)	
11(金) 16:30-17:00	1	見学会(4)	
11(金) 18:00-18:30	1	見学会(4)	
11(金) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
12(土) 08:30-09:00	1	見学会(4)	
12(土) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
12(土) 11:00-12:00	4	Hatha yoga	👑 矢後恵莉佳
12(土) 11:30-12:00	1	見学会(4)	
12(土) 13:30-14:00	1	見学会(4)	
12(土) 14:00-15:00	3.5	【常温】ホーイルヨガプラクティス	👑 矢後恵莉佳
12(土) 15:00-15:30	1	見学会(4)	
12(土) 16:30-17:00	1	見学会(4)	
13(日) 08:30-09:00	1	見学会(4)	
13(日) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
13(日) 11:30-12:00	1	見学会(4)	
13(日) 13:30-14:00	1	見学会(4)	
13(日) 15:00-15:30	1	見学会(4)	
13(日) 16:30-17:00	1	見学会(4)	
13(日) 17:00-18:00	2	HAND YOGA	富田友香里
14(月) 09:30-10:00	1	見学会(6)	
14(月) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
14(月) 12:30-13:00	1	見学会(4)	
14(月) 18:30-19:00	1	見学会(6)	
14(月) 20:00-20:30	1	見学会(4)	
15(火) 09:30-10:00	1	見学会(6)	
15(火) 11:00-11:30	1	見学会(4)	
15(火) 12:30-13:00	1	見学会(6)	
15(火) 16:30-17:00	1	見学会(4)	
15(火) 18:00-18:30	1	見学会(4)	
15(火) 19:30-20:00	1	見学会(4)	
16(水) 10:00-10:30	1	見学会(4)	
16(水) 11:30-12:00	1	見学会(4)	
16(水) 13:00-13:30	1	見学会(6)	
16(水) 16:00-16:30	1	見学会(4)	
16(水) 17:30-18:00	1	見学会(4)	

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	19:00-19:30	1	見学会(4)	
17(木)	09:30-10:00	1	見学会(4)	
17(木)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
17(木)	12:00-13:00	0.5	常温:ハートの声を聴くヨガと瞑想クリスタルボウル	漆畑彰子
17(木)	12:30-13:00	1	見学会(6)	
17(木)	14:00-14:30	1	見学会(6)	
17(木)	17:00-17:30	1	見学会(4)	
17(木)	18:30-19:00	1	見学会(4)	
17(木)	20:00-20:30	1	見学会(4)	
17(木)	21:00-22:00	5	【常温】ダイナミックフローヨガ	佐藤佑亮
18(金)	09:30-10:00	1	見学会(6)	
18(金)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
18(金)	12:30-13:00	1	見学会(4)	
18(金)	14:00-14:30	1	見学会(6)	
18(金)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
18(金)	19:30-20:00	1	見学会(4)	
19(土)	08:30-09:00	1	見学会(4)	
19(土)	10:00-10:30	1	見学会(4)	
19(土)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
19(土)	13:00-13:30	1	見学会(4)	
19(土)	15:00-15:30	1	見学会(4)	
19(土)	16:30-17:00	1	見学会(4)	
19(土)	17:00-18:00	3	メンテナンスYOGA—股関節—	👑 矢後恵莉佳
19(土)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
20(日)	08:30-09:00	1	見学会(4)	
20(日)	10:00-10:30	1	見学会(4)	
20(日)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
20(日)	11:30-12:30	3.5	【常温】ホワイールヨガプラクティス	👑 矢後恵莉佳
20(日)	13:00-13:30	1	見学会(4)	
20(日)	13:00-14:00	4	Hatha yoga	👑 矢後恵莉佳
20(日)	15:00-15:30	1	見学会(4)	
20(日)	16:30-17:00	1	見学会(4)	
20(日)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
21(月)	08:30-09:00	1	見学会(4)	
21(月)	10:00-10:30	1	見学会(4)	
21(月)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
21(月)	13:00-13:30	1	見学会(4)	
21(月)	15:00-15:30	1	見学会(4)	
21(月)	15:30-16:30	5	【常温】ダイナミックフローヨガ	佐藤佑亮
21(月)	16:30-17:00	1	見学会(4)	
21(月)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
22(火)	09:30-10:00	1	見学会(6)	
22(火)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
22(火)	12:30-13:00	1	見学会(4)	
22(火)	14:00-14:30	1	見学会(6)	
22(火)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
22(火)	19:30-20:00	1	見学会(4)	
23(水)	10:00-10:30	1	見学会(4)	
23(水)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
23(水)	13:00-13:30	1	見学会(4)	
23(水)	16:30-17:00	1	見学会(4)	

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
23(水)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
23(水)	19:30-20:00	1	見学会(4)	
24(木)	09:30-10:00	1	見学会(4)	
24(木)	11:00-11:30	1	見学会(6)	
24(木)	12:30-13:00	1	見学会(4)	
24(木)	18:00-19:00	3.5	【常温】ホワイールヨガプラクティス	👑 矢後恵莉佳
24(木)	18:30-19:00	1	見学会(4)	
24(木)	19:30-20:30	4	Hatha yoga	👑 矢後恵莉佳
24(木)	20:00-20:30	1	見学会(4)	
25(金)	09:30-10:00	1	見学会(6)	
25(金)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
25(金)	12:30-13:00	1	見学会(4)	
25(金)	14:00-14:30	1	見学会(6)	
25(金)	17:30-18:00	1	見学会(6)	
25(金)	19:00-19:30	1	見学会(4)	
26(土)	08:30-09:00	1	見学会(4)	
26(土)	10:00-10:30	1	見学会(6)	
26(土)	11:00-12:00	4	Hatha yoga	👑 矢後恵莉佳
26(土)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
26(土)	13:00-13:30	1	見学会(6)	
26(土)	15:00-15:30	1	見学会(4)	
26(土)	16:30-17:00	1	見学会(4)	
26(土)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
27(日)	08:30-09:00	1	見学会(4)	
27(日)	10:00-10:30	1	見学会(6)	
27(日)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
27(日)	13:00-13:30	1	見学会(6)	
27(日)	15:00-15:30	1	見学会(4)	
27(日)	16:30-17:00	1	見学会(4)	
27(日)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
28(月)	09:30-10:00	1	見学会(4)	
28(月)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
28(月)	12:30-13:00	1	見学会(6)	
28(月)	16:30-17:00	1	見学会(4)	
28(月)	18:00-18:30	1	見学会(4)	
28(月)	19:30-20:00	1	見学会(4)	
29(火)	09:30-10:00	1	見学会(4)	
29(火)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
29(火)	12:30-13:00	1	見学会(4)	
29(火)	14:00-14:30	1	見学会(4)	
29(火)	18:00-18:30	1	見学会(6)	
29(火)	19:30-20:00	1	見学会(4)	
30(水)	10:00-10:30	1	見学会(4)	
30(水)	11:30-12:00	1	見学会(4)	
30(水)	13:00-13:30	1	見学会(4)	
30(水)	16:00-16:30	1	見学会(4)	
30(水)	17:30-18:00	1	見学会(4)	
30(水)	19:00-19:30	1	見学会(4)	
31(木)	09:30-10:00	1	見学会(6)	
31(木)	11:00-11:30	1	見学会(4)	
31(木)	12:30-13:00	1	見学会(4)	

