

MON	TU	WED	THU	FRI	SAT	SUN
						1
2026.2						
February Lesson Schedule						
Epic yoga studio						
2	3	4	5	6	7	8
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 10:00-11:00/Honoka 血行促進 ★★★</div> <div>◇ 12:00-13:00/ゆうこ リラクゼーション ★</div> <div>◇ 13:30-14:30/Yuka マタニティヨガ</div> <div>◇ 19:30-20:30/Suzuno 満月のヨガ ★★★</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 10:00-11:00/Aki チューブde整える</div> <div>◇ 12:00-13:00/Yuka 陰ヨガ ★★</div> <div>◇ 19:30-20:30/ゆうこ 夜の整えるヨガ ★</div> </div> </div>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>C ◇ 10:00-11:00/Aki チューブde整える</div> <div>L ◇ 12:00-13:00/Yuka 陰ヨガ ★★</div> <div>S ◇ 19:30-20:30/ゆうこ 夜の整えるヨガ ★</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>O ◇ 12:00-13:00/Yuka 陰ヨガ ★★</div> <div>E ◇ 19:30-20:30/ゆうこ 夜の整えるヨガ ★</div> <div>D</div> </div> </div>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 10:00-11:00/Rie Core & Music</div> <div>◇ 12:00-13:00/Tsuki コア(体幹)ヨガ ★★★(3.5)</div> <div>◇ 16:00-17:00/Kyoko 【Smile Kids YOGA】</div> <div>◇ 18:30-19:30/Cumi 経絡ヨガ ★★</div> <div>◇ 20:00-21:00/ゆうこ EASY FLOW ★★(2.5)</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 10:00-11:00/Mao 背中美人 ★★</div> <div>◇ 19:30-20:30/Chiaki コリ・むくみ ★★★</div> </div> </div>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 10:00-11:00/Suzuno リンパヨガ ★★</div> <div>◇ 11:30-12:30/Tsuki 美尻・美脚 ★★★(3.5)</div> <div>◇ 13:00-14:00/Rie 暗闇 the BEAT!</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>※男性参加可</div> </div> </div>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 9:00-10:00/Kyoko 新マインドフルネスヨガ</div> <div>◇ 10:30-11:30/Honoka 呼吸ヨガ ★</div> <div>◇ 12:00-13:00/Yuri 燃焼リフレッシュヨガ ★★★★</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 11:30-12:30/Tsuki コヒーサービス有※50分レッスン</div> <div>◇ 13:00-14:00/Chiaki アロマヨガ ★★</div> <div>◇ 19:00-20:00/Honoka リストラティブヨガ ★</div> </div> </div>		
9	10	11	※通常営業	12	13	14
CLOSED	CLOSED	CLOSED	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>C ◇ 10:00-11:00/Kyoko ハートオープンヨガ ★★★</div> <div>L ◇ 12:00-13:00/Yuka ベーシックヨガ ★★</div> <div>S ◇ 19:30-20:30/ゆうこ 音浴ヨガ ★</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>O ◇ 10:00-11:00/Rie 爽快バレトン</div> <div>E ◇ 12:00-13:00/Tsuki 美腸ヨガ ★★★</div> <div>D ◇ 18:30-19:30/Cumi コリ・むくみ ★★★</div> </div> </div>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 10:00-11:00/Mao THE FLOW ★★★★</div> <div>◇ 12:00-13:00/Mao 疲労回復 ★★</div> <div>◇ 13:30-14:30/Suzuno マタニティ&産後ヨガ</div> <div>◇ 20:00-21:00/Chiaki Night release yoga ★★</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>◇ 9:00-10:00/Suzuno 朝ヨガ&瞑想</div> <div>◇ 10:30-11:30/Kyoko 太陽礼拝+ ★★★(3.5)</div> <div>◇ 12:00-13:00/Chiaki 骨盤を整えるヨガ ★★</div> <div>◇ 19:00-20:00/Honoka 夜の整えるヨガ ★★</div> </div> </div>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div>C ◇ 10:00-11:00/Aki チューブde整える</div> <div>L ◇ 11:30-12:30/Honoka パワーヨガ ★★★★</div> <div>S ◇ 13:00-14:00/Chiaki アロマヨガ ★★</div> <div>D ◇ 19:00-20:15/ゆうこ リストラティブヨガ</div> </div> <div style="width: 45%;"> <div>O ◇ 11:30-12:30/Tsuki コヒーサービス有※50分レッスン</div> <div>E ◇ 13:00-14:00/Yuri 燃焼リフレッシュヨガ ★★★★</div> <div>D ◇ 19:00-20:15/ゆうこ リストラティブヨガ</div> </div> </div>	

16	17	18	19	20	21	22
<p>◇ 10:00-11:00/Honoka 新月のヨガ ★★★</p> <p>◇ 12:00-13:00/ゆうこ 自律神経を整える ★★</p> <p>◇ 13:30-14:30/ゆうこ マタニティヨガ</p> <p>◇ 19:30-20:30/Suzuno 背中美人 ★★</p>	<p>C ◇ 10:00-11:00/Aki SOUND WAVE YOGA</p> <p>L : Michael Jackson/Beat it</p> <p>O ◇ 12:00-13:00/Yuka 東洋医学ヨガ ★★</p> <p>S ※座学30分・yoga30分</p> <p>E ◇ 19:30-20:30/ゆうこ デトックスヨガ ★★(2.5)</p> <p>D</p>	<p>◇ 10:00-11:00/Rie Core & Music</p> <p>◇ 12:00-13:00/Tsuki 骨盤・股関節ヨガ ★★★</p> <p>◇ 16:00-17:00/Kyoko 【Smile Kids YOGA】</p> <p>◇ 18:30-19:30/Cumi ベーシックヨガ ★★</p> <p>◇ 20:00-21:00/ゆうこ 快眠ヨガ ★</p>	<p>◇ 10:00-11:00/Mao リンパヨガ ★★★</p> <p>◇ 13:30-14:45/ゆうこ リストラティブヨガ</p> <p>◇ 19:30-20:30/Chiaki 血行促進 ★★★</p>	<p>◇ 10:00-11:00/Suzuno 美腸ヨガ ★★★</p> <p>◇ 11:30-12:30/Tsuki シェイプヨガ ★★★★★</p> <p>◇ 13:00-14:00/Yuka 陰ヨガ ★★</p>	<p>◇ 9:00-10:00/Kyoko 新マインドフルネスヨガ</p> <p>Dhyana</p> <p>(コーヒーサービス有※50分レッスン)</p> <p>◇ 10:30-11:30/Honoka コリ・むくみ ★★★</p> <p>◇ 12:00-13:00/Rie 優しいバレトン</p>	
23 ※昼のみ通常営業	24	25	26	27	28	
<p>◇ 10:00-11:00/Honoka 美姿勢 ★★★</p> <p>◇ 12:00-13:00/ゆうこ お香ヨガ ★</p> <p>◇ 14:00-15:00/ゆうこ リストラティブヨガ</p>	<p>C ◇ 10:00-11:00/Suzuno ネイチャーフィールヨガ</p> <p>L ★★★</p> <p>O ◇ 12:00-13:00/Yuka リラクゼーション ★</p> <p>S ◇ 19:30-20:30/ゆうこ 養生ヨガ ★★</p> <p>E</p> <p>D</p>	<p>◇ 10:00-11:00/Rie 燃焼バレトン</p> <p>◇ 12:00-13:00/Tsuki リフレッシュヨガ ★★★</p> <p>◇ 18:30-19:30/Cumi 自律神経を整える ★★</p> <p>◇ 20:00-21:00/Chiaki SLOW FLOW ★★★</p>	<p>◇ 10:00-11:00/Mao 美尻・美脚 ★★★(3.5)</p> <p>◇ 12:00-13:00/Suzuno 経絡ヨガ ★★</p> <p>◇ 13:30-14:30/Suzuno マタニティ&産後ヨガ</p> <p>◇ 19:30-20:30/Honoka 呼吸ヨガ ★</p>	<p>◇ 9:00-10:00/Suzuno 朝ヨガ&瞑想</p> <p>(コーヒーサービス有※50分レッスン)</p> <p>※お子様(小学生以上)参加可</p> <p>◇ 10:30-11:30/Honoka コア(体幹)ヨガ ★★★(3.5)</p> <p>◇ 12:00-13:00/Honoka 疲労回復 ★★</p> <p>◇ 19:00-20:15/ゆうこ Weekend ご褒美ヨガ</p> <p>※男性参加可</p>		

男性参加可能レッスン

朝(9:00~)レッスン(男女参加可)

イレギュラーレッスン

マタニティヨガ(マタニティ限定)

キッズヨガ(4~8歳のお子様)

 マタニティ参加可レッスン