


2026年6月 ReONみなとみらい店 スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
7:30-OPEN	7:30-OPEN	7:30-OPEN	8:00-OPEN	7:30-OPEN	7:30-OPEN	7:30-OPEN
8:00 ヒーリングヨガ Kuu ★	8:00 リンパドレナージュ &筋膜リリース Avi ★【ストレッチポール】	8:00 リラックスヨガ yurika ★	8:30 アーユルヴェーダヨガ AKINO ★	8:00 リリースヨガ Avi ★【ストレッチポール】	8:00 リラックスヨガ yurika ★	8:00 ビューティーケア MICHIO ★【ストレッチポール】
9:30 骨盤底筋 トレーニングヨガ Kuu ★★	9:30 Deep stretch yoga Avi ★	9:30 美脚ヨガ yurika ★★	9:30 4日18日 AKINO AKINO STEP 11日25日 AKINO コアトレーニング ★★【ステップ台】★	9:30 経絡ヨガ ～牌経～ FUKI ★	9:30 ボディメンテナンスヨガ yurika ★	9:30 トータルボディシェイプ MICHIO ★★★【ステップ台】
11:00 リラクゼーション AKINO ★【ストレッチポール】	11:00 2日16日30日 EMIRI ハレエ&ストレッチ 9日23日 EMIRI ビューティーケア ★【ストレッチポール】★	11:00 ビューティーケア EMIRI ★【ストレッチポール】	11:00 骨盤底筋エクササイズ AYAKO ★★【スモールボール】	11:00 ピラティス FUKI ★★	11:00 6日 Booty Boom ヨシ 13日 Booty Boom HIIT ヨシ 20日 Booty Boom Cardio ヨシ 27日 Toned Upper Body ヨシ ★★★	11:00 ファンクショナル ローラーピラティス® KIYO ★★【ストレッチポール】
12:30 反り腰予防改善 温習りトレーニング Naoko ★★	12:30 セラピーボール AYAKO ★【スモールボール】	12:30 3日17日 EMIRI ピラティス 10日 EMIRI ピラティスボール ★★★【スモールボール】	12:30 巻き肩解消ヨガ AYAKO ★【スモールボール】	12:30 ビューティーケア eri ★【ストレッチポール】	12:30 リラックス&リリース ヨシ ★【ウェーブリング・ストレッチポール】 【ストレッチポール】	12:30 FRPストレッチ & マッサージ KIYO ★【ストレッチポール】
14:00 ストレッチベーシック Naoko ★	14:00 骨盤底筋 エクササイズ AYAKO ★★【スモールボール】	14:00 ヒーリング アロマヨガ NAO ★	14:00 骨盤底筋エクササイズ AYAKO ★【スモールボール】	14:00 ピラロール eri ★【ロール】		14:00 デトックスヨガ NAO ★
16:00 8日22日 優子 ヒーリングヨガ 15日29日 優子 リラクソヨガ ★	15:30 溶岩浴	15:30 デトックスヨガ NAO ★	16:00 デトックスヨガ 優子 ★	16:00 16:00 デトックスヨガ 優子 ★	15:30 ヒーリング アロマヨガ NAO ★	15:30 コアフロー エクササイズ ARENA ★★
17:30 リラクゼーション 優子 ★	17:30 ヒーリングヨガ MASUMI ★	17:30 骨盤調整ヨガ ARENA ★	17:30 リラクゼーション 優子 ★【ストレッチポール】	17:30 ストレッチベーシック MICHIO ★	17:00 ゆったり開脚ヨガ ～めざせベタッと開脚～ NAO ★	17:00 骨盤調整ヨガ ARENA ★
19:00 パワーフローヨガ Fujio ★★	19:00 ほぐしヨガ MASUMI 2日23日 股関節ほぐし 9日30日 全体ほぐし 16日 肩甲骨ほぐし ★	19:30 4日18日 ヨシ Toned Upper Body 11日25日 ヨシ Booty Boom ★★★/★★★【ステップ台】	19:00 4日18日 ヨシ Toned Upper Body 11日25日 ヨシ Booty Boom ★★★/★★★【ステップ台】	19:00 ポクシング MICHIO ★★★	18:00 18:30 CLOSE	18:00 18:30 CLOSE
20:15 ナイトヨガ ～夏の高い寝～ Fujio ★	20:15 ROLL YOGA 唯 ★【ロール】	20:00 コアフロー エクササイズ ARENA ★★	20:20 リラックス&リリース ヨシ ★【ウェーブリング・ストレッチポール】	20:30 20:30 CLOSE		
21:15 21:45 CLOSE	21:45 21:45 CLOSE	21:30 21:30 CLOSE	21:45 21:45 CLOSE			

★ 通い始めてまだ身体が冷えている方や、あまり動きたくない方にオススメ

★★ スタジオに慣れてきて、少し動いてみたい方にオススメ

★★★ ストレッチが苦手な方、ダイエットをしたい方にオススメ

 時間変更/レッスン内容変更/インストラクター変更

ヨガ系

ピラティス

有酸素運動

ストレッチ

【休館日】
6月1日(月)
※溶岩浴解放はありません

【短縮営業】
6月2日(火)
・レッスン最終 14:00スタート
・16:00～会員様のみ溶岩浴解放



会員様ログイン



初めての方はこちら

ReON みなとみらい店
〒220-0012
横浜市西区みなとみらい6-3-4
プライムコースト2階
TEL:045-222-7011