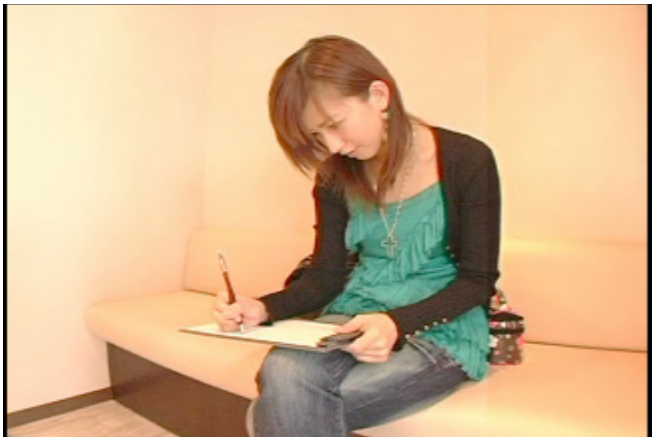
優木まおみVLOG　RELAX体験　第1回目

［2006.05.4］



優木まおみVLOG　RELAX体験　第2回目

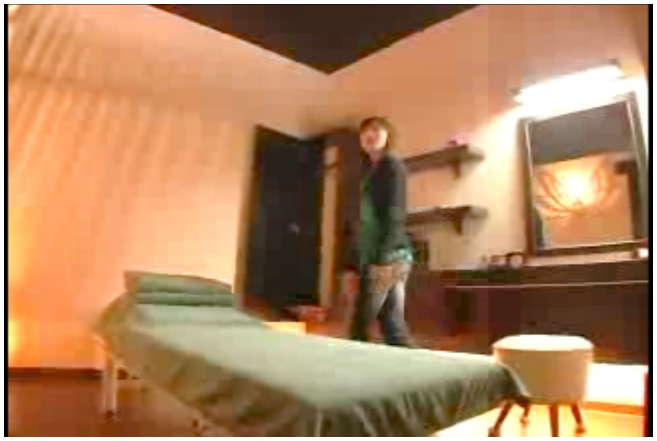
［2006.05.11］

優木まおみVLOG　RELAX体験　第3回目

［2006.05.18］

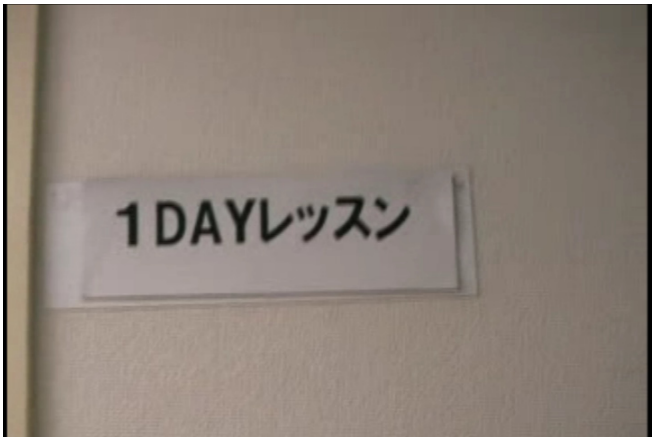
優木まおみVLOG　RELAX体験　第4回目

［2006.05.25］



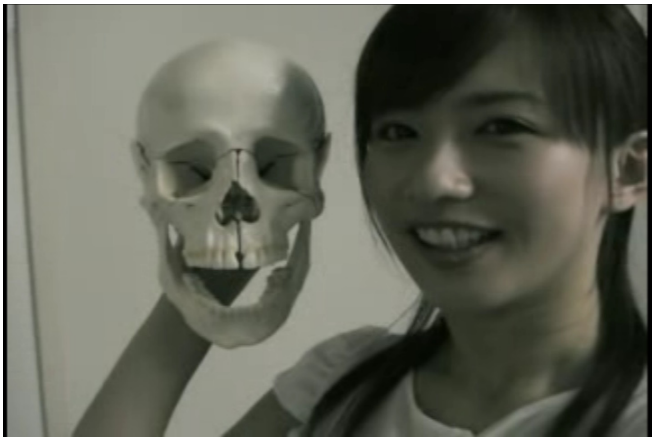
優木まおみVLOG　1DAYレッスン　第1回目

［2006.06.01］



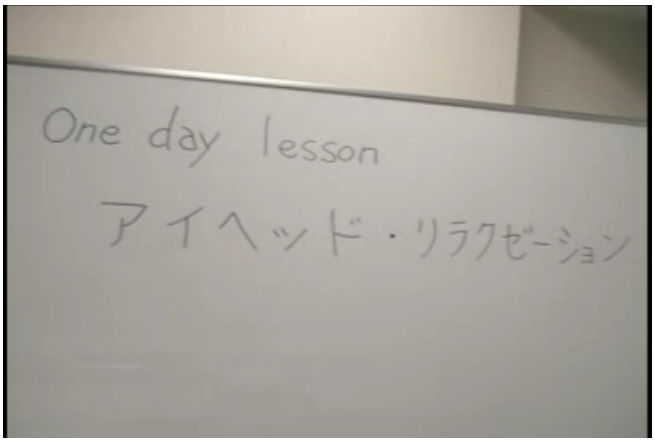
優木まおみVLOG　1DAYレッスン　第2回目

［2006.06.08］



優木まおみVLOG　1DAYレッスン　第3回目

[2006.06.15]

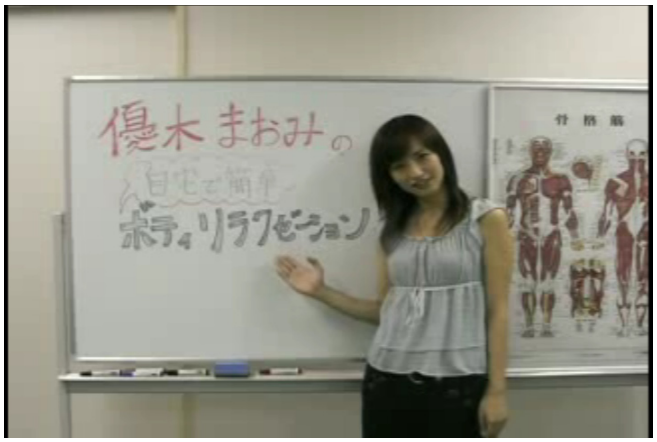


優木まおみVLOG　1DAYレッスン　第4回目

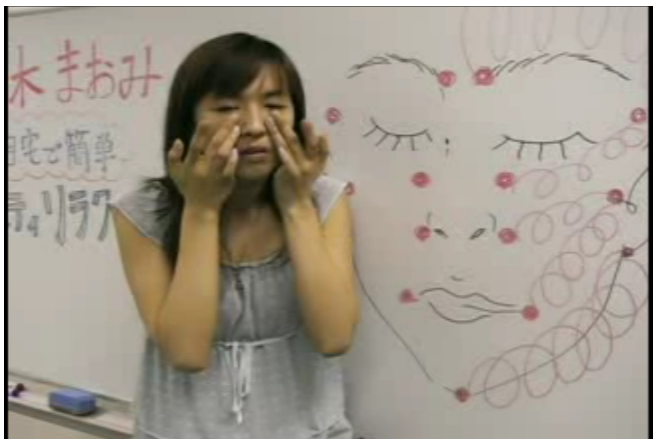
[2006.06.17]

優木まおみVLOG　1DAY レッスン　第5回目
［2006.06.24］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション1回目
『お腹デトックス呼吸法』［2006.07.02］



優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション2回目
『小顔洗顔』［2006.07.10］

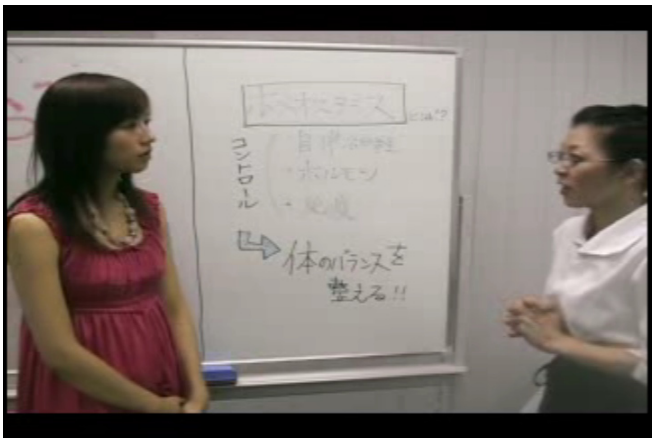


優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション3回目
『モテ尻ニーディング』［2006.07.15］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション4回目
『二の腕プルプルデトックス』［2006.07.24］

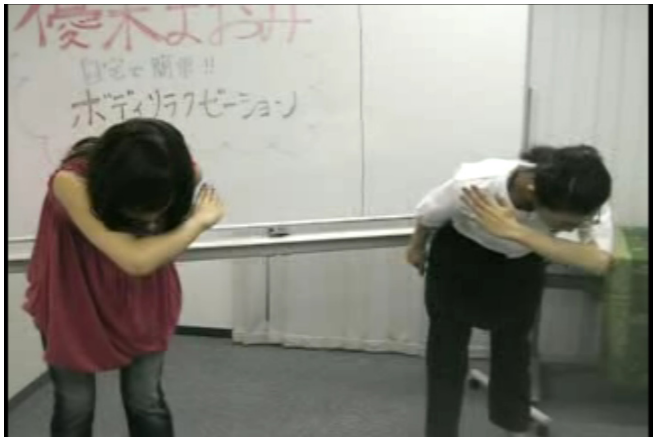
優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション5回目
『0 脚スクワット』［2006.07.31］

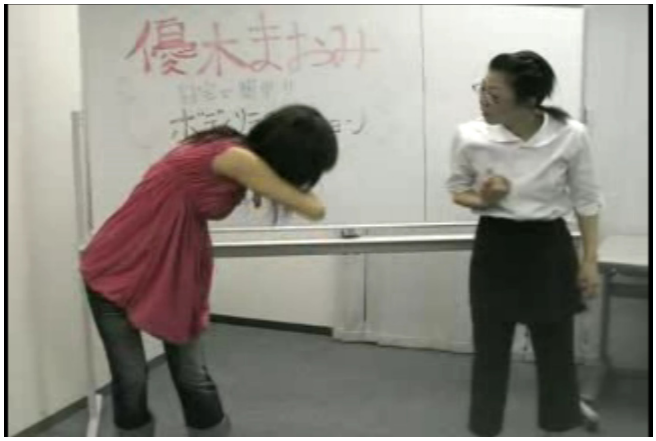
優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション6回目
『冷え性予防』［2006.08.07］



優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション7回目
『耳もみ』［2006.08.14］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション8回目
『肘クンクン体操』［2006.08.21］



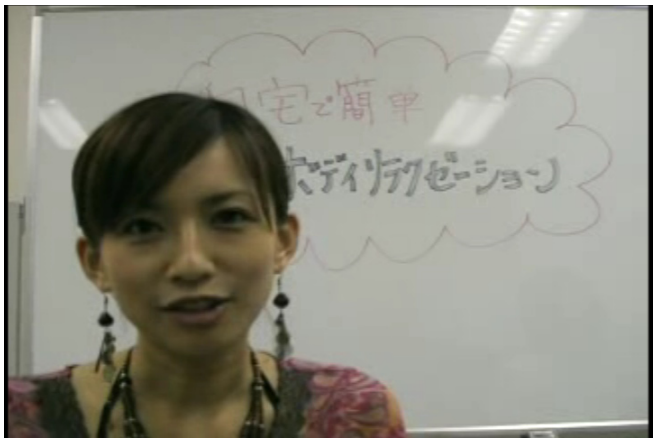


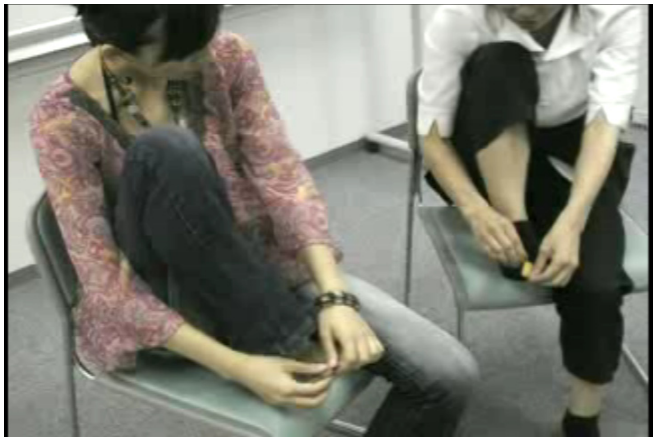
優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション9回目
『あるあるセルライト』［2006.08.28］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１０回目
『デンデンデトックス』［2006.09.04］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１１回目
『小顔エクササイズ』［2006.09.11］

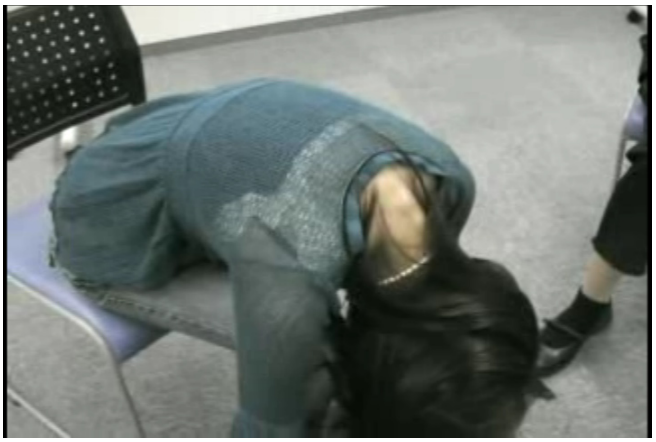
優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１２回目
『足指ぐるぐる』［2006.09.19］

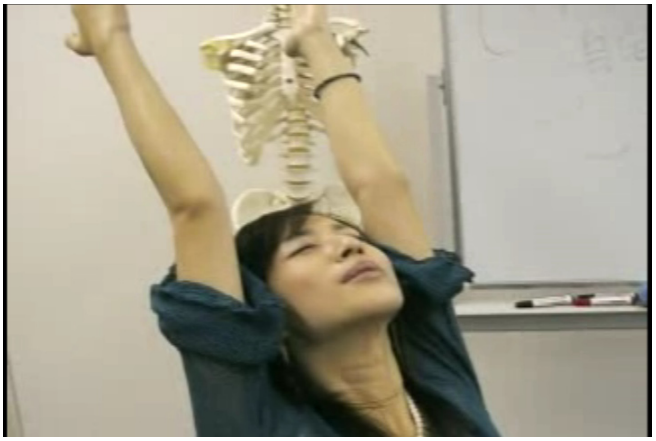


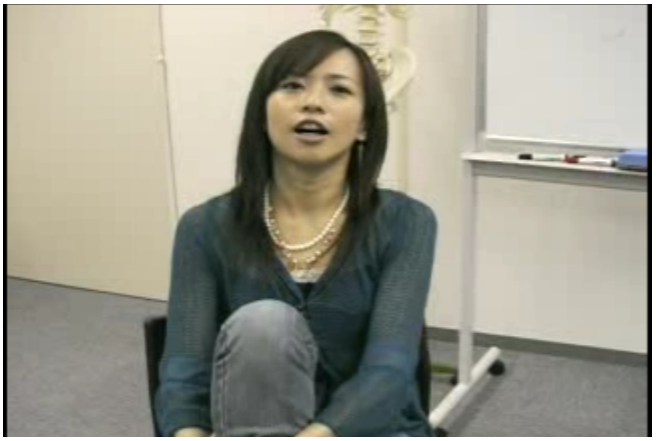


優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１３回目
『手作りハーブボール』［2006.09.24］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１４回目
『腰と背中を伸ばすんだ！』［2006.10.02］

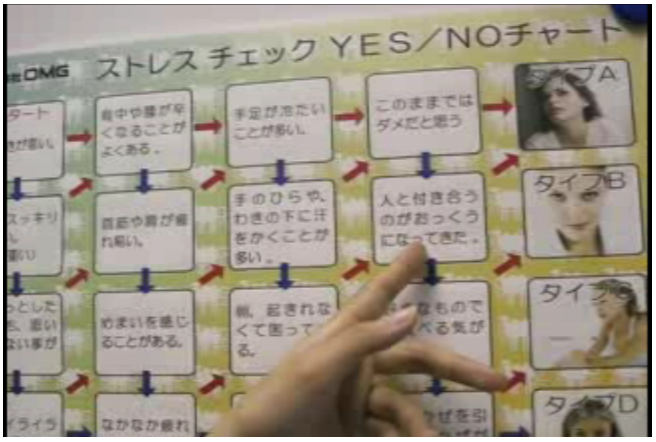






優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１５回目
『アロマでお掃除☆』［2006.10.10］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション16回目
『ストレスチェック！！』［2006.10.16］



優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション17回目
『タオルで健康体操★』［2006.10.23］

優木まおみ自宅で簡単ボディリラクゼーション１８回目
『タオルで靴下』［2006.11.07］

優木まおみの“ちょこっと”ボディリラクゼーション１
アロマフット編［2006.11.07］

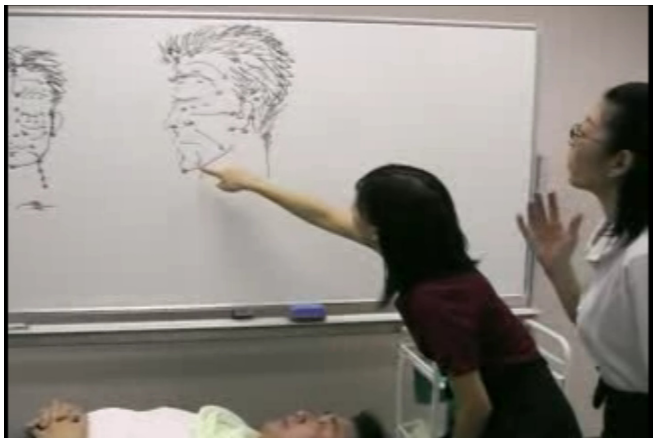
優木まおみの “ちょこっと” ボディリラクゼーション2
アロマフット編［2006.11.14］

優木まおみの “ちょこっと” ボディリラクゼーション3
アロマフット編［2006.11.21］

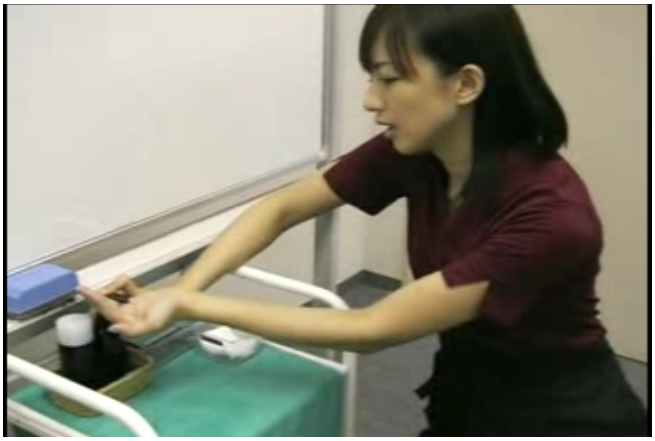
優木まおみの “ちょこっと” ボディリラクゼーション4
アロマフット編［2006.11.28］

優木まおみの “ちょこっと” ボディリラクゼーション5
『潜入！JBS 3ヶ月コース！！』［2006.12.04］

優木まおみの“ちょこっと”ボディリラクゼーション6
『フェイシャル編』［2006.12.11］

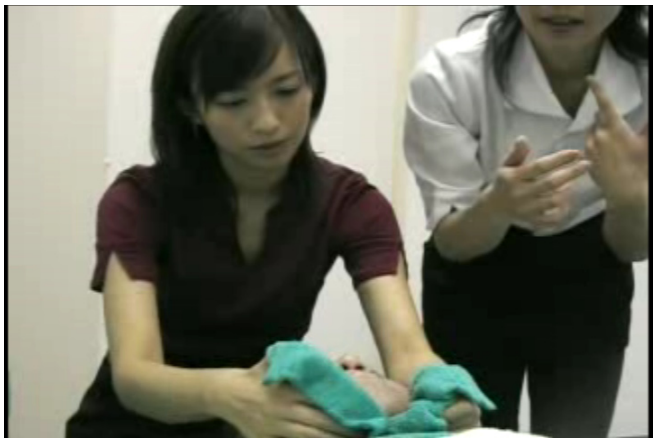


優木まおみの“ちょこっと”ボディリラクゼーション7
『フェイシャル編』［2006.12.18］



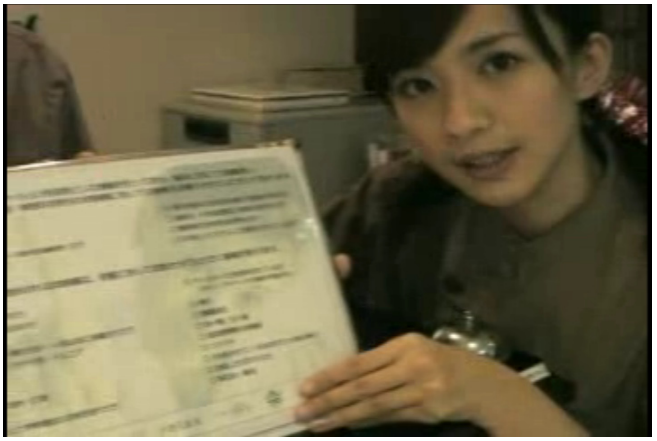
優木まおみの“ちょこっと”ボディリラクゼーション8
『フェイシャル編』［2006.12.26］

優木まおみの“ちょこっと”ボディリラクゼーション9
『フェイシャル編』［2007.01.04］

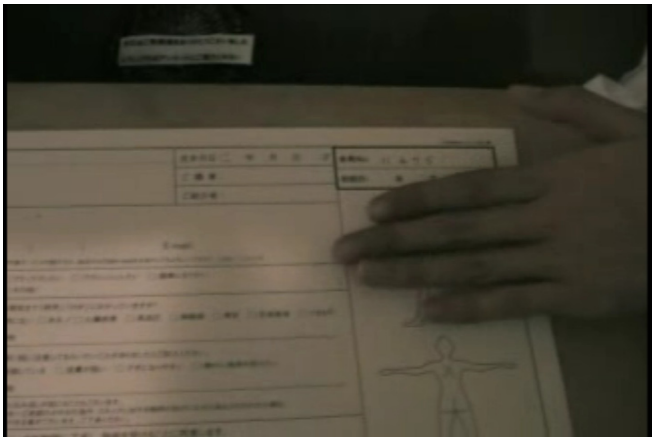


優木まおみの☆リラックスでスタッフ体験1☆
［2007.01.11］

優木まおみの☆リラックスでスタッフ体験2☆
［2007.01.15］



優木まおみの☆リラックスでスタッフ体験3☆
［2007.01.22］



優木まおみの☆リラックスでスタッフ体験4☆
［2007.01.29］

優木まおみのリラックス体験 1
ボディリラクゼーションについて [2007.02.06]

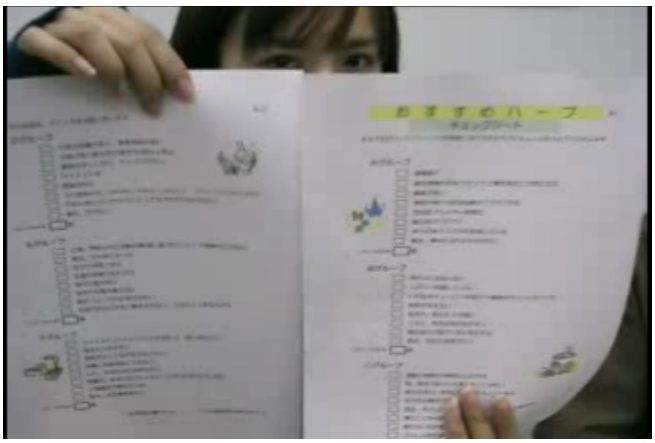
優木まおみのリラックス体験 2
五感（視覚・聴覚・触覚・嗅覚・味覚） [2007.02.09]

優木まおみのリラックス体験3
その時の状態に合った接客 [2007.02.20]

優木まおみのリラックス体験4
ホスピタリティマインド [2007.02.26]

優木まおみのリラックス体験5
【手作り石鹸】［2007.03.12］

優木まおみのリラックス体験6
【まおみオリジナルブレンド】［2007.03.16］



優木まおみのリラックス体験7
【まおみオリジナルブレンド2】［2007.04.02］

優木まおみのリラックス体験8
【VLOG最終回】［2007.04.17］