

IoIve ゆめが光の森店 【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/21	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30
お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)
H.Mina	H.Mai	H.Mai	H.Mina	I.Sayaka	H.Mai		I.Sayaka
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00
リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)
H.Mina	I.Sayaka	H.Mai	H.Mina	N.Minaki	H.Mai		H.Mai
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	はじめてのホットビラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)
N.Minaki	H.Mai	S.Yumina	N.Minaki	H.Mina	I.Sayaka		H.Mai
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:30 ~ 16:30
スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)
S.Yumina	H.Mina	H.Mina	S.Yumina	I.Sayaka	H.Mai		I.Sayaka
営業 時間 外	営業 時間 外	営業 時間 外	営業 時間 外	17:15 ~ 18:15	営業 時間 外	営業 時間 外	
				リンパデトックスヨガ (60分)			
				H.Mina			
				19:00 ~ 20:00			
美ボディフロー ビラティス (60分)	営業 時間 外						
N.Minaki							
18:00 ~ 19:00							
みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
N.Minaki	H.Mina	I.Sayaka	H.Mina	H.Mai			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
肩こりリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	滝汗ダrench33 (60分)			
H.Mai	S.Yumina	H.Mina	N.Minaki	M.Nana			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
背中美人ヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)			
H.Mai	H.Mina	H.Mina	N.Minaki	M.Nana			

IoIve ゆめが光の森店 【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール					2026/08/21 更新				
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		
N.Minaki	H.Mina	H.Mai	H.Mai	H.Mina		H.Mina	H.Mina		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	肩こりラックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		
N.Minaki	S.Yumina	H.Mai	H.Mai	H.Mina		S.Yumina	H.Mai		
営業時間外	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	定休日	13:30 ~ 14:30	営業時間外		
	お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	美ボディフロー ビラティス (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)			
	H.Mina	I.Sayaka	S.Yumina	N.Minaki		H.Mina			
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00			
	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	全身とどう 寝たまんまヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			
	H.Mai	H.Mai	N.Minaki	N.Minaki		H.Mina			
	営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15		営業時間外		営業時間外	
				はじめてのホットビラティス (60分)					
				N.Minaki					
				19:00 ~ 20:00					
	スタンダード60 (60分)								
	I.Sayaka								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	営業時間外	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		はじめてのホットビラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)				
H.Mina	H.Mai	S.Yumina		N.Minaki	N.Minaki				
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	美ボディフロー ビラティス (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				
H.Mai	I.Sayaka	N.Minaki		N.Minaki	I.Sayaka				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
スタンダード60 (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	全身とどう 寝たまんまヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				
S.Yumina	H.Mai	N.Minaki		I.Sayaka	S.Yumina				

IoIve ゆめが光の森店				【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール				2026/08/21	更新	
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24			
木	金	土	日	月	火	水	木			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)			
H.Mina	I.Sayaka	S.Yumina	I.Sayaka		S.Yumina	N.Minaki	H.Mina			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:00 ~ 13:00		
腸活ヨガ ver.2 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		肩こリラクセスヨガ (60分)	全身とどうの 寝たまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)			
H.Mina	H.Mina	H.Mina	I.Sayaka		H.Mai	N.Minaki	I.Sayaka			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30		
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
H.Mina	H.Mina	H.Mina	H.Mina		H.Mai	I.Sayaka	I.Sayaka			
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:30 ~ 16:30	15:30 ~ 16:30	15:30 ~ 16:30	15:00 ~ 16:00		
セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	特別レッスン (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)			
N.Minaki	N.Minaki	S.Yumina	H.Mina		N.Minaki	S.Yumina	N.Minaki			
営業 時間外	営業 時間外	17:15 ~ 18:15	営業 時間外		17:15 ~ 18:15	17:15 ~ 18:15	営業 時間外			
		IoIveのWorkout MIX (60分)			美ボディフロー ピラティス (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)				
		S.Tomomi								
		19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
		全身とどうの 寝たまんまヨガ (60分)			リンパデトックスヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)				
		N.Minaki			I.Sayaka	H.Mina				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	営業 時間外			営業 時間外	営業 時間外	営業 時間外	18:00 ~ 19:00		
肩こリラクセスヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)							スタンダード60 (60分)		
N.Minaki	H.Mina							S.Yumina		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							19:30 ~ 20:30		
スタンダード60 (60分)	全身とどうの 寝たまんまヨガ (60分)							みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		
I.Sayaka	N.Minaki							N.Minaki		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							21:00 ~ 22:00		
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)							全身とどうの 寝たまんまヨガ (60分)		
N.Minaki	N.Minaki							N.Minaki		

IoIve ゆめが光の森店			【	09/25	～	09/30	】	スケジュール	2026/08/21	更新	
09/25		09/26		09/27		09/28		09/29		09/30	
金		土		日		月		火		水	
10:30	～ 11:30	10:30	～ 11:30	10:30	～ 11:30			10:30	～ 11:30	10:30	～ 11:30
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		肩こリラクセスヨガ (60分)				骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		美ボディフロー ピラティス (60分)	
H.Mina		I.Sayaka		H.Mai				H.Mai		N.Minaki	
12:00	～ 13:00	12:15	～ 13:15	12:15	～ 13:15			12:00	～ 13:00	12:00	～ 13:00
お腹引き締めヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				スタンダード60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	
H.Mina		N.Minaki		N.Minaki				I.Sayaka		N.Minaki	
13:30	～ 14:30	14:00	～ 15:00	14:00	～ 15:00			13:30	～ 14:30	13:30	～ 14:30
リンパデトックスヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)				セルトル美脚ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
I.Sayaka		N.Minaki		N.Minaki				H.Mai		S.Yumina	
15:00	～ 16:00	15:30	～ 16:30	15:45	～ 16:45			15:00	～ 16:00	15:00	～ 16:00
オトナのための オールインワンヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)		アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)		肩こリラクセスヨガ (60分)	
H.Mina		I.Sayaka		H.Mai				I.Sayaka		H.Mai	
営業 時間 外		17:15	～ 18:15	営業 時間 外		定 休 日		営業 時間 外			
		リンパデトックスヨガ (60分)									
		I.Sayaka									
	19:00	～ 20:00									
		アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)									
	N.Minaki										
18:00	～ 19:00							18:00	～ 19:00	18:00	～ 19:00
セルトル美脚ヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)								
H.Mai		H.Mina	I.Sayaka								
19:30	～ 20:30	19:30	～ 20:30					19:30	～ 20:30	19:30	～ 20:30
免疫セラピーヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)								
H.Mai		S.Yumina	H.Mai								
21:00	～ 22:00	21:00	～ 22:00					21:00	～ 22:00	21:00	～ 22:00
スタンダード60 (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)								
S.Yumina		H.Mina	I.Sayaka								