

【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール								2020/01/19	更新
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08		
木	金	土	日	月	火	水	木		
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
					10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
					スタンダード60 (60分)	リンドバーツヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	西村	見玉
					西村	麻理	見玉	麻理	見玉
					12:15 ~ 13:15	達成ダイエットヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
					達成ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	西村	宇摩
					14:00 ~ 15:00	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
					アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (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)	西村	宇摩
					見玉	西村	見玉	宇摩	宇摩
					15:45 ~ 16:45	はじめてのパワーヨガ (全員参加)(60分)	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45
					はじめてのパワーヨガ (全員参加)(60分)	リンドバーツヨガ (60分)	リンドバーツヨガ (60分)	宇摩	麻理
					宇摩	麻理	宇摩	宇摩	宇摩
					17:30 ~ 18:30	みるみる痩せる 姿勢ピラティス (60分)	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
					みるみる痩せる 姿勢ピラティス (60分)	はじめてのパワーヨガ (全員参加)(60分)	はじめてのパワーヨガ (全員参加)(60分)	宇摩	西村
					見玉	宇摩	宇摩	西村	西村
					19:15 ~ 20:00	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
					アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	スタンダード60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	西村	宇摩
					見玉	宇摩	宇摩	宇摩	宇摩
					21:00 ~ 22:00	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
					アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	麻理	エアロピヨガ (60分)
					宇摩	麻理	麻理	宇摩	宇摩

【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール								2020/01/19	更新
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16		
金	土	日	月	火	水	木	金		
営業時間外	営業時間外	定休日	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
					10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
					子宮温活ヨガ (60分)	オナナのための オールインワンヨガ (60分)	オナナのための オールインワンヨガ (60分)	見玉	見玉
					宇摩	宇摩	宇摩	宇摩	宇摩
					12:15 ~ 13:15	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
					宇摩	宇摩	宇摩	宇摩	宇摩
					14:00 ~ 15:00	スタンダード60 (60分)	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
					西村	西村	西村	西村	西村
					15:45 ~ 16:45	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45
					宇摩	宇摩	宇摩	宇摩	宇摩
					17:30 ~ 18:30	はじめてのホットピラティス (60分)	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
					宇摩	宇摩	宇摩	宇摩	宇摩
					19:15 ~ 20:15	達成ダイエットヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
					麻理	麻理	麻理	麻理	麻理
					21:00 ~ 22:00	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
					西村	西村	西村	西村	西村
					17:30 ~ 18:30	二の腕引き締めヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
					見玉	見玉	見玉	見玉	見玉
					19:15 ~ 20:15	オナナのための オールインワンヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
					見玉	見玉	見玉	見玉	見玉
					21:00 ~ 22:00	スタンダード60 (60分)	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
					西村	西村	西村	西村	西村
					17:30 ~ 18:30	お腹引き締めヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
					見玉	見玉	見玉	見玉	見玉
					19:15 ~ 20:00	BEAT CORE HIIT (45分)	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
					見玉	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	見玉	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
					21:00 ~ 22:00	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
					麻理	麻理	麻理	麻理	麻理

iolive トキハ別府店		【 01/25 ~ 01/30 】		スケジュール		2026/01/19	更新
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:15 ピラティス ポートヨガ(50分)		10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	10:30 ~ 11:30 脚トレーニューター ヨガ(60分)	
見玉		見玉	見玉		宇摩	麻理	
12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		12:15 ~ 13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
見玉		秦岡	秦岡		宇摩	宇摩	
14:00 ~ 15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分)			14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分)	泡汗ガ(イバヨガ) (60分)	
見玉		秦岡			西村	秦岡	
15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分)					15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	見玉	
西村					17:30 ~ 18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	見玉	
定休日	営業時間外	営業時間外		営業時間外		営業時間外	
		17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分)		
		見玉	秦岡	秦岡	見玉		
		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分)	19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 エアロピヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分)		
		西村	宇摩	宇摩	西村		
		21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00 ~ 22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分)		
		見玉	宇摩	宇摩	見玉		