

| Iolive イオンモール高松店   |                          | 【 08/01 ~ 08/08 】 |                              | スケジュール                    |                             | 2026/07/14 更新                 |                             |                      |
|--------------------|--------------------------|-------------------|------------------------------|---------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|----------------------|
| 08/01              | 08/02                    | 08/03             | 08/04                        | 08/05                     | 08/06                       | 08/07                         | 08/08                       |                      |
| 土                  | 日                        | 月                 | 火                            | 水                         | 木                           | 金                             | 土                           |                      |
| 10:30 ~ 11:30      | 10:30 ~ 11:30            | 定休日               | 10:30 ~ 11:30                | 10:30 ~ 11:30             | 営業時間外                       | 10:30 ~ 11:30                 | 10:30 ~ 11:30               |                      |
| 肩こりラックスヨガ (60分)    | みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)     |                   | リンパドレナージュヨガ (60分)            | エアロヨガ (60分)               |                             | アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) | 免疫セラピーヨガ (60分)              |                      |
| T.Honoka           | I.Asuka                  |                   | U.Hinata                     | T.Honoka                  |                             | T.Honoka                      | I.Asuka                     |                      |
| 12:15 ~ 13:15      | 12:15 ~ 13:15            |                   | 12:15 ~ 13:00                | 12:15 ~ 13:15             |                             | 12:15 ~ 13:00                 | 12:15 ~ 13:00               |                      |
| お腹引き締めヨガ (60分)     | スタンダード 60 (60分)          |                   | Beat Drum Diet 3.0 (45分)     | スタンダード 60 (60分)           |                             | ピラティス フットキャンプ (45分)           | Sound Feel Yoga ver.2 (60分) |                      |
| T.Honoka           | T.Suzuka                 |                   | U.Hinata                     | U.Hinata                  |                             | T.Honoka                      | T.Honoka                    |                      |
| 14:00 ~ 15:00      | 14:00 ~ 15:00            |                   | 14:00 ~ 15:00                | 14:00 ~ 15:00             |                             | 14:00 ~ 15:00                 | 14:00 ~ 15:00               |                      |
| 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) | IoliveのWorkout MIX (60分) |                   | はじめてのホットピラティス (60分)          | はじめてのパワーヨガ (会員権限定) ( 60分) |                             | 営業時間外                         | 背中美人ヨガ (60分)                | リンパドレナージュヨガ (60分)    |
| T.Suzuka           | I.Asuka                  |                   | T.Suzuka                     | U.Hinata                  |                             |                               | T.Suzuka                    | U.Hinata             |
| 15:45 ~ 16:45      | 15:45 ~ 16:45            |                   | 営業時間外                        | 営業時間外                     |                             |                               | 営業時間外                       | 15:45 ~ 16:45        |
| スタンダード 60 (60分)    | ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)    |                   |                              |                           |                             |                               |                             | みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) |
| I.Asuka            | T.Suzuka                 |                   |                              |                           |                             |                               |                             | I.Asuka              |
| 17:30 ~ 18:30      |                          |                   |                              |                           |                             |                               |                             | 17:30 ~ 18:30        |
| 背中美人ヨガ (60分)       |                          |                   |                              |                           |                             |                               |                             | お腹引き締めヨガ (60分)       |
| T.Suzuka           |                          |                   |                              |                           |                             |                               |                             | U.Hinata             |
|                    |                          |                   |                              |                           |                             |                               |                             |                      |
|                    |                          |                   | 17:30 ~ 18:30                |                           | 17:30 ~ 18:30               |                               | 17:30 ~ 18:30               |                      |
|                    |                          |                   | 免疫セラピーヨガ (60分)               |                           | Sound Feel Yoga ver.2 (60分) | スタンダード 60 (60分)               |                             |                      |
|                    |                          |                   | I.Asuka                      |                           | T.Honoka                    | U.Hinata                      |                             |                      |
|                    |                          |                   | 19:05 ~ 20:05                | 19:05 ~ 20:05             | 19:05 ~ 20:05               | 19:05 ~ 20:05                 |                             |                      |
|                    |                          |                   | アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) | もも尻ヨガティス (60分)            | 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)          | IoliveのWorkout MIX (60分)      |                             |                      |
|                    |                          |                   | U.Hinata                     | T.Suzuka                  | T.Suzuka                    | I.Asuka                       |                             |                      |
|                    |                          |                   | 20:40 ~ 21:40                | 20:40 ~ 21:40             | 20:40 ~ 21:40               | 20:40 ~ 21:40                 |                             |                      |
|                    |                          |                   | 発汗ダイエットヨガ (60分)              | 子宮温ヨガ (60分)               | みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)        | パワーヨガ Advance (会員権限定) ( 60分)  |                             |                      |
|                    |                          |                   | I.Asuka                      | I.Asuka                   | T.Honoka                    | U.Hinata                      |                             |                      |

| Iolive イオンモール高松店            |       | 【 08/09 ~ 08/16 】               |                    | スケジュール                       |                             | 2026/07/14 更新               |                                    |
|-----------------------------|-------|---------------------------------|--------------------|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| 08/09                       | 08/10 | 08/11                           | 08/12              | 08/13                        | 08/14                       | 08/15                       | 08/16                              |
| 日                           | 月     | 火                               | 水                  | 木                            | 金                           | 土                           | 日                                  |
| 10:30 ~ 11:30               | 定休日   | 10:30 ~ 11:30                   | 10:30 ~ 11:30      | 営業時間外                        | 10:30 ~ 11:30               | 10:30 ~ 11:30               | 10:30 ~ 11:30                      |
| 美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)   |       | お腹引き締めヨガ<br>(60分)               | リンパドレタスヨガ<br>(60分) |                              | IoliveのWorkout MIX<br>(60分) | 骨盤底筋トレーニングヨガ<br>(60分)       | アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分) |
| T.Honoka                    |       | T.Honoka                        | N.Karin            |                              | I.Asuka                     | T.Suzuka                    | T.Honoka                           |
| 12:15 ~ 13:15               |       | 12:15 ~ 13:15                   | 12:15 ~ 13:15      |                              | 12:15 ~ 13:15               | 12:15 ~ 13:15               | 12:15 ~ 13:15                      |
| 子宮温ヨガ<br>(60分)              |       | スタンダード 60<br>(60分)              | もも尻ヨガティス<br>(60分)  |                              | スタンダード 60<br>(60分)          | エアロヨガ<br>(60分)              | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)       |
| I.Asuka                     |       | U.Hinata                        | T.Suzuka           |                              | T.Suzuka                    | T.Honoka                    | T.Suzuka                           |
| 14:00 ~ 14:45               |       | 14:00 ~ 15:00                   | 営業時間外              |                              | 14:00 ~ 15:00               | 14:00 ~ 15:00               | 14:00 ~ 15:00                      |
| Beat Drum Diet 3.0<br>(45分) |       | 肩こりラックスヨガ<br>(60分)              |                    |                              | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)           | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分) | お腹引き締めヨガ<br>(60分)                  |
| U.Hinata                    |       | T.Honoka                        |                    |                              | I.Asuka                     | O.Miyuna                    | T.Honoka                           |
| 15:45 ~ 16:45               |       | 15:45 ~ 16:45                   |                    |                              | 営業時間外                       | 15:45 ~ 16:45               | 15:45 ~ 16:45                      |
| スタンダード 60<br>(60分)          |       | パワーヨガ Advance<br>(会員権限定) ( 60分) |                    |                              |                             | リンパドレタスヨガ<br>(60分)          | はじめてのホットピラティス<br>(60分)             |
| I.Asuka                     |       | U.Hinata                        |                    |                              |                             | T.Suzuka                    | T.Suzuka                           |
|                             |       | 17:30 ~ 18:30                   |                    |                              |                             | 17:30 ~ 18:30               |                                    |
|                             |       | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)    |                    |                              |                             | IoliveのWorkout MIX<br>(60分) |                                    |
|                             |       | T.Suzuka                        |                    |                              |                             | O.Miyuna                    |                                    |
|                             |       |                                 |                    |                              |                             |                             |                                    |
|                             |       | 17:30 ~ 18:30                   | 17:30 ~ 18:30      | 17:30 ~ 18:30                |                             |                             |                                    |
|                             |       | 発汗が「イロヨガ」<br>(60分)              | スタンダード 60<br>(60分) | はじめてのパワーヨガ<br>(会員権限定) (60分)  |                             |                             |                                    |
|                             |       | I.Asuka                         | U.Hinata           | U.Hinata                     |                             |                             |                                    |
|                             |       | 19:05 ~ 20:05                   | 19:05 ~ 20:05      | 19:05 ~ 20:05                |                             |                             |                                    |
|                             |       | 美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)       | 背中美人ヨガ<br>(60分)    | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分) |                             |                             |                                    |
|                             |       | T.Honoka                        | T.Suzuka           | T.Suzuka                     |                             |                             |                                    |
|                             |       | 20:40 ~ 21:40                   | 20:40 ~ 21:40      | 20:40 ~ 21:25                |                             |                             |                                    |
|                             |       | スタンダード 60<br>(60分)              | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)  | Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)  |                             |                             |                                    |
|                             |       | I.Asuka                         | U.Hinata           | U.Hinata                     |                             |                             |                                    |

| Iolive イオンモール高松店 |               | 【 08/17 ~ 08/24 】 |       | スケジュール        |               | 2026/07/14 更新 |       |
|------------------|---------------|-------------------|-------|---------------|---------------|---------------|-------|
| 08/17            | 08/18         | 08/19             | 08/20 | 08/21         | 08/22         | 08/23         | 08/24 |
| 月                | 火             | 水                 | 木     | 金             | 土             | 日             | 月     |
|                  | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30     |       | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 |       |

|                                    |                                |                     |                            |                                     |                                    |                               |     |  |
|------------------------------------|--------------------------------|---------------------|----------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|-----|--|
| 定休日                                | 滝汗ダレヨガ<br>(60分)                | 肩こりリラックスヨガ<br>(60分) | 営業時間外                      | パワーヨガ Advance<br>(会員様限定) (60分)      | スタンダード 60<br>(60分)                 | loiveのWorkout MIX<br>(60分)    | 定休日 |  |
|                                    | I.Asuka                        | T.Honoka            |                            | U.Hinata                            | I.Asuka                            | I.Asuka                       |     |  |
|                                    | 12:15 ~ 13:15                  | 12:15 ~ 13:15       |                            | 12:15 ~ 13:15                       | 12:15 ~ 13:15                      | 12:15 ~ 13:15                 |     |  |
|                                    | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)    | お腹引き締めヨガ<br>(60分)   |                            | アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分) | はじめてのホットピラティス<br>(60分)             | リンパデトックスヨガ<br>(60分)           |     |  |
|                                    | U.Hinata                       | T.Honoka            |                            | U.Hinata                            | T.Suzuka                           | U.Hinata                      |     |  |
|                                    | 14:00 ~ 15:00                  | 14:00 ~ 15:00       |                            | 14:00 ~ 15:00                       | 14:00 ~ 14:45                      | 14:00 ~ 15:00                 |     |  |
|                                    | スタンダード 60<br>(60分)             | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)   |                            | もも尻ヨガティス<br>(60分)                   | Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)        | スタンダード 60<br>(60分)            |     |  |
|                                    | I.Asuka                        | I.Asuka             |                            | T.Suzuka                            | U.Hinata                           | I.Asuka                       |     |  |
|                                    | 営業時間外                          | 営業時間外               |                            | 営業時間外                               | 15:45 ~ 16:45                      | 15:45 ~ 16:45                 |     |  |
|                                    |                                |                     |                            |                                     | 子宮温活ヨガ<br>(60分)                    | Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分) |     |  |
|                                    |                                |                     |                            |                                     | I.Asuka                            | U.Hinata                      |     |  |
|                                    |                                |                     |                            |                                     | 17:30 ~ 18:30                      |                               |     |  |
|                                    | 17:30 ~ 18:30                  | 17:30 ~ 18:30       |                            | 17:30 ~ 18:30                       | 17:30 ~ 18:30                      |                               |     |  |
|                                    | 骨盤底筋トレーニングヨガ<br>(60分)          | 特別レッスン<br>(60分)     |                            | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)         | アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分) |                               |     |  |
| T.Suzuka                           | T.Suzuka                       | T.Honoka            | T.Honoka                   |                                     |                                    |                               |     |  |
| 19:05 ~ 19:50                      | 19:05 ~ 20:05                  | 19:05 ~ 20:05       | 19:05 ~ 20:05              |                                     |                                    |                               |     |  |
| ピラティス<br>ブートキャンプ<br>(45分)          | Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分) | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)   | loiveのWorkout MIX<br>(60分) |                                     |                                    |                               |     |  |
| T.Honoka                           | U.Hinata                       | U.Hinata            | I.Asuka                    |                                     |                                    |                               |     |  |
| 20:40 ~ 21:40                      | 20:40 ~ 21:40                  | 20:40 ~ 21:40       | 20:40 ~ 21:40              |                                     |                                    |                               |     |  |
| アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分) | リンパデトックスヨガ<br>(60分)            | お腹引き締めヨガ<br>(60分)   | 肩こりリラックスヨガ<br>(60分)        |                                     |                                    |                               |     |  |
| T.Honoka                           | T.Suzuka                       | U.Hinata            | T.Honoka                   |                                     |                                    |                               |     |  |

| loive イオンモール高松店                |                             | 【 08/25 ~ 08/31 】                   |                            | スケジュール                    |                                | 2026/07/14 更新 |                   |
|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------------|---------------|-------------------|
| 08/25                          | 08/26                       | 08/27                               | 08/28                      | 08/29                     | 08/30                          | 08/31         |                   |
| 火                              | 水                           | 木                                   | 金                          | 土                         | 日                              | 月             |                   |
| 10:30 ~ 11:30                  | 10:30 ~ 11:30               | 営業時間外                               | 10:30 ~ 11:30              | 10:30 ~ 11:30             | 10:30 ~ 11:30                  | 定休日           |                   |
| 骨盤底筋トレーニングヨガ<br>(60分)          | 背中美人ヨガ<br>(60分)             |                                     | スタンダード 60<br>(60分)         | 美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分) | Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)  |               |                   |
| T.Suzuka                       | T.Suzuka                    |                                     | I.Asuka                    | T.Honoka                  | T.Honoka                       |               |                   |
| 12:15 ~ 13:15                  | 12:15 ~ 13:15               |                                     | 12:15 ~ 13:15              | 12:15 ~ 13:15             | 12:15 ~ 13:15                  |               |                   |
| 滝汗ダイエット<br>(60分)               | スタンダード 60<br>(60分)          |                                     | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)          | お腹引き締めヨガ<br>(60分)         | はじめてのホットピラティス<br>(60分)         |               |                   |
| I.Asuka                        | U.Hinata                    |                                     | U.Hinata                   | U.Hinata                  | T.Suzuka                       |               |                   |
| 14:00 ~ 15:00                  | 営業時間外                       |                                     | 14:00 ~ 15:00              | 14:00 ~ 15:00             | 14:00 ~ 15:00                  |               |                   |
| ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)   |                             |                                     | loiveのWorkout MIX<br>(60分) | スタンダード 60<br>(60分)        | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)    |               |                   |
| T.Suzuka                       |                             |                                     | I.Asuka                    | T.Suzuka                  | U.Hinata                       |               |                   |
| 営業時間外                          |                             |                                     | 営業時間外                      | 15:45 ~ 16:45             | 15:45 ~ 16:45                  |               | 15:45 ~ 16:45     |
|                                |                             |                                     |                            |                           | パワーヨガ Advance<br>(会員様限定) (60分) |               | 免疫セラピーヨガ<br>(60分) |
|                                |                             |                                     |                            |                           | U.Hinata                       |               | U.Hinata          |
|                                |                             |                                     |                            |                           | 17:30 ~ 18:30                  |               |                   |
|                                |                             |                                     |                            | 骨盤底筋トレーニングヨガ<br>(60分)     |                                |               |                   |
|                                |                             |                                     |                            | T.Suzuka                  |                                |               |                   |
| 17:30 ~ 18:15                  | 17:30 ~ 18:30               | 17:30 ~ 18:15                       | 17:30 ~ 18:30              |                           |                                |               |                   |
| Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)    | 子宮温活ヨガ<br>(60分)             | ピラティス<br>ブートキャンプ<br>(45分)           | リンパデトックスヨガ<br>(60分)        |                           |                                |               |                   |
| I.Asuka                        | I.Asuka                     | T.Honoka                            | T.Suzuka                   |                           |                                |               |                   |
| 19:05 ~ 20:05                  | 19:05 ~ 20:05               | 19:05 ~ 20:05                       | 19:05 ~ 20:05              |                           |                                |               |                   |
| パワーヨガ Advance<br>(会員様限定) (60分) | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分) | アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分) | お腹引き締めヨガ<br>(60分)          |                           |                                |               |                   |
| U.Hinata                       | I.Asuka                     | T.Honoka                            | U.Hinata                   |                           |                                |               |                   |
| 20:40 ~ 21:40                  | 20:40 ~ 21:40               | 20:40 ~ 21:40                       | 20:40 ~ 21:40              |                           |                                |               |                   |
| スタンダード 60<br>(60分)             | エアロビヨガ<br>(60分)             | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)                   | もも尻ヨガティス<br>(60分)          |                           |                                |               |                   |
| U.Hinata                       | T.Honoka                    | I.Asuka                             | T.Suzuka                   |                           |                                |               |                   |