

| loive トキハワサダタウン店                     |                               | 【 07/01 ~ 07/08 】                   |                                     | スケジュール                 |                              | 2025/06/28 | 更新                                   |
|--------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------|------------------------------|------------|--------------------------------------|
| 07/01                                | 07/02                         | 07/03                               | 07/04                               | 07/05                  | 07/06                        | 07/07      | 07/08                                |
| 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                | 定休日        | 10:30 ~ 11:30                        |
| スタンダード 60<br>(60分)                   | スリムアッププレス<br>(60分)            |                                     | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)         | ホットピラティス<br>(60分)      | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分) |            | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                    |
| 藤本                                   | 安田                            |                                     | 西山                                  | 西山                     | 安田                           |            | 西山                                   |
| 12:15 ~ 13:15                        | 12:15 ~ 13:15                 |                                     | 12:15 ~ 13:15                       | 12:15 ~ 13:15          | 12:15 ~ 13:15                |            | 12:15 ~ 13:15                        |
| セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                    | 眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)           |                                     | スタンダード 60<br>(60分)                  | リンパデトックスヨガ<br>(60分)    | スタンダード 60<br>(60分)           |            | アロマリラクゼーション<br>HERBAL RELAX<br>(60分) |
| 安田                                   | 安田                            |                                     | 藤本                                  | 西山                     | 藤本                           |            | 西山                                   |
| 14:00 ~ 15:00                        | 14:00 ~ 15:00                 |                                     | 14:00 ~ 15:00                       | 14:00 ~ 15:00          | 14:00 ~ 15:00                |            | 14:00 ~ 15:00                        |
| リンパデトックスヨガ<br>(60分)                  | スタンダード 60<br>(60分)            |                                     | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) ( 60分)        | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)      | 腸活ヨガ ver.2<br>(60分)          |            | スタンダード 60<br>(60分)                   |
| 安田                                   | 藤本                            |                                     | 西山                                  | 西山                     | 安田                           |            | 藤本                                   |
|                                      |                               |                                     |                                     | 15:45 ~ 16:45          | 15:45 ~ 16:45                |            |                                      |
|                                      |                               |                                     |                                     | スタンダード 60<br>(60分)     | スリムアッププレス<br>(60分)           |            |                                      |
|                                      |                               |                                     |                                     | 藤本                     | 安田                           |            |                                      |
|                                      |                               |                                     |                                     | 17:30 ~ 18:30          |                              |            |                                      |
|                                      |                               |                                     |                                     | 肩コリラクゼーション<br>ヨガ (60分) |                              |            |                                      |
|                                      |                               |                                     |                                     | 西山                     |                              |            |                                      |
| 17:30 ~ 18:30                        |                               | 17:30 ~ 18:30                       | 17:30 ~ 18:30                       |                        |                              |            | 17:30 ~ 18:30                        |
| アロマリラクゼーション<br>HERBAL RELAX<br>(60分) |                               | 肩コリラクゼーション<br>ヨガ (60分)              | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                   |                        |                              |            | スタンダード 60<br>(60分)                   |
| 宇摩                                   |                               | 西山                                  | 安田                                  |                        |                              |            | 藤本                                   |
| 19:15 ~ 20:15                        | 19:15 ~ 20:15                 | 19:15 ~ 20:00                       | 19:15 ~ 20:15                       |                        |                              |            | 19:15 ~ 20:15                        |
| 腸活ヨガ ver.2<br>(60分)                  | 痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) | BEAT CORE HIIT<br>(45分)             | アロマリラクゼーション<br>DEEP FOREST<br>(60分) |                        |                              |            | リンパデトックスヨガ<br>(60分)                  |
| 安田                                   | 西山                            | 見玉                                  | 西山                                  |                        |                              |            | 見玉                                   |
| 21:00 ~ 21:45                        | 21:00 ~ 22:00                 | 21:00 ~ 22:00                       | 21:00 ~ 22:00                       |                        |                              |            | 21:00 ~ 21:45                        |
| Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)          | リンパデトックスヨガ<br>(60分)           | アロマリラクゼーション<br>FRUITY DIET<br>(60分) | 眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)                 |                        |                              |            | ピラティス<br>ブートキャンプ<br>(45分)            |
| 宇摩                                   | 西山                            | 見玉                                  | 安田                                  |                        |                              |            | 見玉                                   |

| loive トキハワサダタウン店       |                                     | 【 07/09 ~ 07/16 】                   |                              | スケジュール                        |       | 2025/06/26                          | 更新                        |
|------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------|-------------------------------------|---------------------------|
| 07/09                  | 07/10                               | 07/11                               | 07/12                        | 07/13                         | 07/14 | 07/15                               | 07/16                     |
| 水                      | 木                                   | 金                                   | 土                            | 日                             | 月     | 火                                   | 水                         |
| 10:30 ~ 11:30          |                                     | 10:30 ~ 11:30                       | 10:30 ~ 11:30                | 10:30 ~ 11:30                 | 定休日   | 10:30 ~ 11:15                       | 10:30 ~ 11:15             |
| 腸活ヨガ ver.2<br>(60分)    |                                     | アロマリラクゼーション<br>FRUITY DIET<br>(60分) | スタンダード 60<br>(60分)           | 痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) |       | 眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)                 | ピラティス<br>ブートキャンプ<br>(45分) |
| 安田                     |                                     | 宇摩                                  | 藤本                           | 西山                            |       | 安田                                  | 見玉                        |
| 12:15 ~ 13:15          |                                     | 12:15 ~ 13:15                       | 12:15 ~ 13:15                | 12:15 ~ 13:15                 |       | 12:15 ~ 13:15                       | 12:15 ~ 13:15             |
| スリムアッププレス<br>(60分)     |                                     | Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)      | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)            | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)   |       | アロマリラクゼーション<br>DEEP FOREST<br>(60分) | 二の腕引き締めヨガ<br>(60分)        |
| 安田                     |                                     | 宇摩                                  | 安田                           | 西山                            |       | 西山                                  | 見玉                        |
|                        |                                     | 14:00 ~ 15:00                       | 14:00 ~ 15:00                | 14:00 ~ 15:30                 |       | 14:00 ~ 15:00                       | 14:00 ~ 15:00             |
|                        |                                     | リンパデトックスヨガ<br>(60分)                 | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)  | アドベンス 80<br>(会員様限定) ( 90分)    |       | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                   | リンパデトックスヨガ<br>(60分)       |
|                        |                                     | 西山                                  | 西山                           | 山内                            |       | 西山                                  | 西山                        |
|                        |                                     |                                     | 15:45 ~ 16:45                | 16:00 ~ 17:00                 |       |                                     |                           |
|                        |                                     |                                     | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) ( 60分) | リンパデトックスヨガ<br>(60分)           |       |                                     |                           |
|                        |                                     |                                     | 西山                           | 西山                            |       |                                     |                           |
|                        |                                     |                                     | 17:30 ~ 18:30                |                               |       |                                     |                           |
|                        |                                     |                                     | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分) |                               |       |                                     |                           |
|                        |                                     |                                     | 安田                           |                               |       |                                     |                           |
| 17:30 ~ 18:30          | 17:30 ~ 18:30                       | 17:30 ~ 18:30                       |                              |                               |       | 17:30 ~ 18:30                       |                           |
| 肩コリラクゼーション<br>ヨガ (60分) | アロマリラクゼーション<br>DEEP FOREST<br>(60分) | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) ( 60分)        |                              |                               |       | スタンダード 60<br>(60分)                  |                           |
| 西山                     | 西山                                  | 西山                                  |                              |                               |       | 藤本                                  |                           |
| 19:15 ~ 20:15          | 19:15 ~ 20:15                       | 19:15 ~ 20:15                       |                              |                               |       | 19:15 ~ 20:15                       | 19:15 ~ 20:15             |
| セルトル美脚ヨガ<br>(60分)      | スタンダード 60<br>(60分)                  | 肩コリラクゼーション<br>ヨガ (60分)              |                              |                               |       | スリムアッププレス<br>(60分)                  | 眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)       |
| 西山                     | 藤本                                  | 西山                                  |                              |                               |       | 安田                                  | 安田                        |
| 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<br>(60分)     | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                   | ホットピラティス<br>(60分)                   |                              |                               |       | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)        | スリムアッププレス<br>(60分)        |
| 藤本                     | 西山                                  | 西山                                  |                              |                               |       | 安田                                  | 安田                        |

loive トキハワサダヤン店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/26 更新

| 07/17                                    | 07/18                                                | 07/19                                         | 07/20                                                | 07/21 | 07/22                                               | 07/23                                          | 07/24                                      |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 木                                        | 金                                                    | 土                                             | 日                                                    | 月     | 火                                                   | 水                                              | 木                                          |
|                                          | 10:30 ~ 11:30<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員権限定) (60分)         | 10:30 ~ 11:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>(60分)          | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分) | 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード 60<br>(60分)                 | 10:30 ~ 11:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)  |                                            |
|                                          | 西岡                                                   | 安田                                            | 西山                                                   |       | 藤本                                                  | 安田                                             |                                            |
|                                          | 12:05 ~ 12:15<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】                   | 12:15 ~ 13:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)            | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード 60<br>(60分)                  |       | 12:15 ~ 13:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員権限定) (60分)        | 12:15 ~ 13:15<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) |                                            |
|                                          | 安田                                                   | 西山                                            | 藤本                                                   |       | 西岡                                                  | 西岡                                             |                                            |
|                                          | 12:15 ~ 13:15<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)        | 13:50 ~ 14:00<br>アサナ解説<br>【開脚前屈】              | 14:00 ~ 15:00<br>肩こりリラックスヨガ<br>(60分)                 |       | 14:00 ~ 15:00<br>ホットピラティス<br>(60分)                  |                                                |                                            |
|                                          | 安田                                                   | 西岡                                            | 西山                                                   |       | 西岡                                                  |                                                |                                            |
|                                          | 14:00 ~ 15:00<br>スリムアッププレス<br>(60分)                  | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード 60<br>(60分)           | 15:35 ~ 15:45<br>アサナ解説<br>【ナタラジヤーサナ】                 |       |                                                     |                                                |                                            |
|                                          | 安田                                                   | 西岡                                            | 安田                                                   |       |                                                     |                                                |                                            |
|                                          |                                                      | 15:45 ~ 16:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分) | 15:45 ~ 16:45<br>スリムアッププレス<br>(60分)                  |       |                                                     |                                                |                                            |
|                                          |                                                      | 安田                                            | 安田                                                   |       |                                                     |                                                |                                            |
| 17:20 ~ 17:30<br>アサナ解説<br>【ハイランジ】        |                                                      | 17:30 ~ 18:30<br>ホットピラティス<br>(60分)            |                                                      | 定休日   | 17:00 ~ 18:30<br>アドベンス 90<br>(会員権限定) (90分)          | 17:30 ~ 18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)           | 17:20 ~ 17:30<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】         |
| 児玉                                       |                                                      | 西岡                                            |                                                      |       | 児玉                                                  | 西山                                             | 安田                                         |
| 17:30 ~ 18:30<br>二の腕引き締めヨガ<br>(60分)      | 17:30 ~ 18:30<br>スタンダード 60<br>(60分)                  |                                               |                                                      |       | 19:05 ~ 19:15<br>アサナ解説<br>【開脚前屈】                    | 19:15 ~ 20:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)             | 17:30 ~ 18:30<br>スタンダード 60<br>(60分)        |
| 児玉                                       | 藤本                                                   |                                               |                                                      |       | 西山                                                  | 西山                                             | 安田                                         |
| 19:15 ~ 20:15<br>スタンダード 60<br>(60分)      | 19:15 ~ 20:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                   |                                               |                                                      |       | 19:15 ~ 20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分) | 20:50 ~ 21:00<br>アサナ解説<br>【ナタラジヤーサナ】           | 19:15 ~ 20:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>(60分)       |
| 藤本                                       | 西山                                                   |                                               |                                                      |       | 西山                                                  | 藤本                                             | 西岡                                         |
| 21:00 ~ 21:45<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分) | 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分) |                                               |                                                      |       | 21:00 ~ 22:00<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)       | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード 60<br>(60分)            | 21:00 ~ 21:45<br>ピラティス<br>ブートキャンプ<br>(45分) |
| 児玉                                       | 西山                                                   |                                               |                                                      |       | 安田                                                  | 藤本                                             | 西岡                                         |

loive トキハワサダヤン店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/26 更新

| 07/25                                               | 07/26                                          | 07/27                                               | 07/28 | 07/29                                                | 07/30                                          | 07/31                                |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 金                                                   | 土                                              | 日                                                   | 月     | 火                                                    | 水                                              | 木                                    |
| 10:30 ~ 11:15<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分)            | 10:30 ~ 11:30<br>肩こりリラックスヨガ<br>(60分)           | 10:30 ~ 11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)                  | 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                   | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード 60<br>(60分)            |                                      |
| 西岡                                                  | 西山                                             | 宇寿                                                  |       | 西山                                                   | 安田                                             |                                      |
| 12:05 ~ 12:15<br>アサナ解説<br>【ハイランジ】                   | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード 60<br>(60分)            | 12:15 ~ 13:15<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)     |       | 12:15 ~ 13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分) | 12:15 ~ 13:15<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)           |                                      |
| 西山                                                  | 藤本                                             | 宇寿                                                  |       | 西山                                                   | 安田                                             |                                      |
| 12:15 ~ 13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)                | 13:50 ~ 14:00<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】             | 13:50 ~ 14:00<br>アサナ解説<br>【開脚前屈】                    |       | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード 60<br>(60分)                  | 14:00 ~ 15:00<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) |                                      |
| 西山                                                  | 西岡                                             | 藤本                                                  |       | 藤本                                                   | 西岡                                             |                                      |
| 14:00 ~ 15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分) | 14:00 ~ 15:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員権限定) (60分)   | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード 60<br>(60分)                 |       |                                                      |                                                |                                      |
| 西山                                                  | 西岡                                             | 藤本                                                  |       |                                                      |                                                |                                      |
|                                                     | 15:45 ~ 16:45<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)           | 15:45 ~ 16:45<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分) |       |                                                      |                                                |                                      |
|                                                     | 安田                                             | 宇寿                                                  |       |                                                      |                                                |                                      |
|                                                     | 17:30 ~ 18:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) |                                                     | 定休日   |                                                      |                                                |                                      |
|                                                     | 西岡                                             |                                                     |       |                                                      |                                                |                                      |
| 17:30 ~ 18:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                  |                                                |                                                     |       | 17:30 ~ 18:30<br>スタンダード 60<br>(60分)                  |                                                | 17:30 ~ 18:30<br>スリムアッププレス<br>(60分)  |
| 西岡                                                  |                                                |                                                     |       | 藤本                                                   |                                                | 安田                                   |
| 19:15 ~ 20:15<br>スタンダード 60<br>(60分)                 |                                                |                                                     |       | 19:15 ~ 20:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)  | 19:15 ~ 20:15<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)           | 19:15 ~ 20:15<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分) |
| 西岡                                                  |                                                |                                                     |       | 児玉                                                   | 西山                                             | 西山                                   |
| 21:00 ~ 22:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)        |                                                |                                                     |       | 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)                 | 21:00 ~ 22:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員権限定) (60分)   | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード 60<br>(60分)  |
| 西岡                                                  |                                                |                                                     |       | 児玉                                                   | 西岡                                             | 藤本                                   |