

| スケジュール | | | | | | | |
|--------|--------|-------|-------|-------|---|--|--|
| 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 |
| | | | | | 10:30 ~ 11:30 窓汗 ^{ドットヨガ} (60分) 田中 | 10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 宮崎 | 10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (会員枠限定期)(90分) 宮崎 |
| | | | | | 12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 大場 | 12:15 ~ 13:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 宮崎 | 12:45 ~ 13:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 近藤 |
| | | | | | 14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 田中 | 14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) 近藤 | 14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 大場 |
| | | | | | 15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 近藤 | 15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 田中 | |
| | | | | | 17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 宮崎 | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | 17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 桂川 | 17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 近藤 | 17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分) 田中 |
| | | | | | 19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 大場 | 19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 田中 | 19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 宮崎 |
| | | | | | 21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) 桂川 | 21:00 ~ 22:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) 田中 | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 大場 |

| IoIve 西友川中島店 | | 【 01/09 ~ 01/16 】 | | スケジュール | | | | 2025/12/26 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 | | |
| 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 | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | |
| アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) | 背中美人ヨガ (60分) | スタンダード60 (60分) | 大場 | お腹引き締めヨガ (60分) | みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) | 伊藤 | 田中 | 10:30 ~ 11:30 | |
| 宮崎 | 奥平 | | | | | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | |
| 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | 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 (会員様限定) (60分) | はじめてのホットピラティス (60分) | スリムアッププレス (60分) | | 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) | パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) | 田中 | 宮崎 | 12:15 ~ 13:15 | |
| 藤崎 | 近藤 | | | | | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | |
| 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | |
| 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) | | リンパドトックスヨガ (60分) | Movie Heroine Yoga (45分) | 伊藤 | 田中 | 14:00 ~ 15:00 | |
| 大場 | 奥平 | 大場 | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 15:45 ~ 16:30 | 15:45 ~ 16:45 | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 営業時間外 | | スタンダード60 (60分) | はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 田中 | 桂川 | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 17:30 ~ 18:30 | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 腸活ヨガ ver.2 (60分) | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 近藤 | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 19:00 ~ 20:00 | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 湯汗ダ"イットヨガ" (60分) | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| | | 田中 | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 17:30 ~ 18:30 | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| スタンダード60 (60分) | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 大場 | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 19:15 ~ 20:15 | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| リンパドトックスヨガ (60分) | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 田中 | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 21:00 ~ 22:00 | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 湯汗ダ"イットヨガ" (60分) | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 田中 | | | | | | | | 14:00 ~ 15:00 | |
| 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 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 | | 営業時間外 | | 営業時間外 | | 営業時間外 | | 営業時間外 | |
| | | | | | | | | | |

| IoIve 西友川中島店 | | 【 01/25 ~ 01/30 】 | | スケジュール | | 2025/12/26 | 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 | | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | |
| Movie Heroine Yoga (45分) | | 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) | | ストリムアッププレス (60分) | はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) | |
| 田中 | | 大場 | 宮崎 | | 宮崎 | 宮崎 | |
| 12:15 ~ 13:15 | | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | |
| スタンダード60 (60分) | | 背中中美人ヨガ (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) | 背中美人ヨガ (60分) | |
| 大場 | | 宮崎 | 近藤 | | 大場 | 宮崎 | |
| 14:00 ~ 15:00 | | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 14:45 | | 14:00 ~ 15:00 | 14:00 ~ 15:00 | |
| パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) | | アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) | Beat Drum Diet 3.0 (45分) | | 子宮温活ヨガ (60分) | スタンダード60 (60分) | |
| 宮崎 | | 長谷川 | 宮崎 | | 宮崎 | 大場 | |
| 15:45 ~ 16:45 | | | | | 15:45 ~ 16:45 | | |
| 腸活ヨガ ver.2 (60分) | | | | | お腹引き締めヨガ (60分) | | |
| 近藤 | | | | | 近藤 | | |
| 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 | | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:15 | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:30 | |
| 全身体ととのう寝たまんまヨガ (60分) | | もも尻ヨガティス (60分) | Movie Heroine Yoga (45分) | スタンダード60 (60分) | | | |
| 田中 | | 近藤 | 田中 | 大場 | | | |
| 19:15 ~ 20:15 | | 19:15 ~ 20:15 | 19:15 ~ 20:15 | 19:15 ~ 20:15 | 19:15 ~ 20:15 | 19:15 ~ 20:15 | |
| はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) | | 腸活ヨガ ver.2 (60分) | はじめてのホットピラティス (60分) | エアロビヨガ (60分) | | | |
| 宮崎 | | 近藤 | 近藤 | 近藤 | | | |
| 21:00 ~ 22:00 | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | |
| 満汗ゲイエトヨガ (60分) | | スタンダード60 (60分) | 骨盤矯正ヨガ (60分) | 腸活ヨガ ver.2 (60分) | | | |
| 田中 | | 大場 | 近藤 | 近藤 | | | |