

更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	
	お腹引き締めヨガ (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)	背中美人ヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
	Y.hana	K.miho	F.yui		T.ayano	M.yuna		
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
	はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
	Y.hana	T.ayano	M.yuna		T.ayano	T.ayano		
	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 (60分)	はじめてのハワーヨガ (会員様限定) (60分)	肩こりラックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		
	M.yuna	K.miho	F.yui		Kakari	T.ayano		
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45	営業時間外		営業時間外
olveのWorkout MIX (60分)			金身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)					
Y.hana			F.yui					
17:30 ~ 18:30			営業時間外					
免疫セラピーヨガ (60分)								
T.ayano								
営業時間外								
				17:30 ~ 18:30				
				Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	金身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)			
				Y.hana	Y.hana			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	金身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)				
Y.hana	T.ayano	M.yuna	Y.hana	S.haruka				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	営業時間外	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
スタンダード 60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	olveのWorkout MIX (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)			
T.ayano	T.ayano		Y.hana	Y.hana	S.haruka			

更新

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	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
スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		姿勢コアトレーニング (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)		はじめてのホットピラティス (60分)
T.ayano	M.yuna	O.cocona		S.sharuka	Y.hana		Y.hana
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
リンパデトックスヨガ (60分)	IolveのWorkout MIX (60分)	スタンダード 60 (60分)		パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)
M.yuna	Y.hana	O.cocona		S.haruka	T.ayano		T.ayano
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00
セルトル美脚ヨガ (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)		免疫セラピーヨガ (60分)			スタンダード 60 (60分)
T.ayano	T.ayano	Y.hana		T.ayano		T.ayano	
営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
	はじめてのホットピラティス (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)					
	Y.hana	T.ayano					
	17:30 ~ 18:30						
	セルトル美脚ヨガ (60分)						
T.ayano							
17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
はじめてのホットピラティス (60分)				IolveのWorkout MIX (60分)	スタンダード 60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
Y.hana			Y.hana	T.ayano	F.yui	M.yuna	
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
リンパデトックスヨガ (60分)			アロマリラクサスヨガ DEEP FOREST (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	肩コリラクサスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	
M.yuna	S.haruka	T.ayano	F.yui	Y.hana			
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Sound Feel Yoga ver.2(60分)			金身ととう 疲たまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	
Y.hana			Y.hana	M.yuna	T.ayano	Y.hana	

Iolve 苫小牧店		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2026/10/15 更新				
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24			
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			
美ボディフロー ピラティス (60分)	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)	姿勢コアトレーニング (60分)		アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)			
S.haruka	M.yuna		Y.hana	S.haruka		S.haruka	T.yano			
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:45			
リンパデトックスヨガ (60分)	IolveのWorkout MIX (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	EXパワーヨガ (会員様限定) (90分)			
M.yuna	Y.hana		M.yuna	S.haruka		M.yuna	S.haruka			
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:30 ~ 15:30		
姿勢コアトレーニング (60分)	アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (60分)		金身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		営業時間外	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)		
S.haruka	I.yayu		Y.hana	Y.hana			S.haruka	T.yano		
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外			営業時間外	営業時間外	16:15 ~ 17:15	
IolveのWorkout MIX (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)					みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)				
S.haruka	I.yayu					S.haruka				
17:30 ~ 18:30	営業時間外					18:00 ~ 19:00				
金身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)						リンパデトックスヨガ (60分)				
Y.hana						M.yuna				
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 ~ 18:30
		スタンダード 60 (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)
		T.yano			Y.hana					T.yano
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15					
		セルトル後編ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	免疫セラピーヨガ (60分)					
		T.yano	M.yuna	S.haruka	T.yano					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	20:45 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00							
リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)							
M.yuna	T.yano	S.haruka	S.haruka							

Iolve 苦小牧店		【 10/25 ~ 10/31 】		スケジュール		2026/10/15 更新									
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31									
日	月	火	水	木	金	土									
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									
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)		金身ととのう寝たまんまヨガ (60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)									
K.akari		M.yuna	T.yano		Y.hana	S.haruka									
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15								
リンパデトックスヨガ (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)		姿勢コアトレーニング (60分)	スタンダード 60 (60分)									
K.akari		I.yayu	Y.haruno		S.haruka	T.yano									
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00									
免疫セラピーヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)			BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)									
T.yano		Y.hana			S.haruka	M.yuna									
15:45 ~ 16:45		営業時間外			営業時間外	15:45 ~ 16:45									
疲せる身体をつくるダイエットヨガ (60分)						IolveのWorkout MIX (60分)									
T.yano						Y.hana									
営業時間外						17:30 ~ 18:30									
						パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)									
						S.haruka									
						営業時間外									
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30											
Sound Feel Yoga ver.2(60分)		アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)											
Y.hana		Y.haruno	T.yano	Y.hana											
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15											
アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)											
I.yayu		Y.haruno	S.haruka	M.yuna											
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00											
骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)	スタンダード 60 (60分)	アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (60分)											
I.yayu		Y.hana	T.yano	S.haruka											