

love 長岡店		【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール					2025/07/08 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
リンパデトックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		腸活ヨガ ver.2 (60分)	ホットピラティス (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		青中年人ヨガ (60分)	
佐藤	星野		星野	佐藤	柳瀬		柳瀬	
12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		スタンダード60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
柳瀬	加藤		丸山	柳瀬	佐藤		柳瀬	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
ホットピラティス (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
佐藤	星野		星野	柳瀬	柳瀬		佐藤	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
				スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)			
				丸山	佐藤			
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
				みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	佐藤			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	
エアロビヨガ (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)	はじめてのバーヨガ (会員枠固定)(60分)			Sound Feel Yoga ver.2(60分)	
星野	丸山		柳瀬	佐藤			星野	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	
スタンダード60 (60分)	痩れる体に整えるヨガ		ピラティス ブートキャンプ (45分)	ホットピラティス (60分)			骨盤矯正ヨガ ver.2 (60分)	
丸山	柳瀬		佐藤	佐藤			星野	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
腸活ヨガ ver.2 (60分)	パワーヨガ Advance (会員枠固定)(60分)		子宮温活ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			スタンダード60 (60分)	
星野	柳瀬		柳瀬	柳瀬			丸山	

love 長岡店		【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール					2025/07/09 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	星野	丸山	骨盤矯正ヨガ ver.2 (60分)
柳瀬			柳瀬			佐藤		柳瀬
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
エアロビヨガ (60分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	はじめてのバーヨガ (会員枠固定)(60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	佐藤	星野	お腹引き締めヨガ (60分)
星野			柳瀬	佐藤	星野	佐藤	星野	
			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
			パワーヨガ Advance (会員枠固定)(60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)	柳瀬	丸山	オトナのための オールインワンヨガ (45分)
			柳瀬	星野	丸山	佐藤	星野	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	ホットピラティス (60分)	青中年人ヨガ (60分)	
				佐藤	星野	佐藤	星野	
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	スタンダード60 (60分)	丸山	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				青中年人ヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	
柳瀬	星野	丸山				柳瀬	佐藤	
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
BEAT CORE HIIT (45分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	
柳瀬	丸山	佐藤				丸山	丸山	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)				スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
佐藤	星野	佐藤				丸山	佐藤	

定休日

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール								2025/07/09	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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 加藤	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 佐藤	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ナタラジーヤーナ】 柳澤		10:30 ~ 11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 星野			
		12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 柳澤	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【腰痛前屈】 丸山	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 柳澤	12:15 ~ 13:15 青中年人ヨガ (60分) アサナ解説 【ダウンドッグ】 柳澤	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【ダウンドッグ】 加藤			
		13:50 ~ 14:00 丸山	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 星野	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 加藤			
		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山	14:00 ~ 14:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 佐藤	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 柳澤	17:20 ~ 17:30 アサナ解説 【ハイランジ】 佐藤	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	17:20 ~ 17:30 アサナ解説 【ハイランジ】 佐藤	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 柳澤	
		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 佐藤	17:30 ~ 18:30 ホットピラティス (60分) 佐藤				17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	17:30 ~ 18:30 美しいアンチエイジング ヨガ(60分) 柳澤	19:15 ~ 20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 丸山
		19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) 柳澤				19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 星野	19:15 ~ 20:15 青中年人ヨガ (60分) 柳澤	20:50 ~ 21:00 丸山
		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星野	21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 柳澤				21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) 星野	21:00 ~ 22:00 ホットピラティス (60分) 佐藤	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 丸山

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール								2025/07/09	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 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 佐藤	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【腰痛前屈】 丸山	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 加藤			
		12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【ナタラジーヤーナ】 加藤	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) 柳澤	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 佐藤	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山			
		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 加藤	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 星野	12:15 ~ 13:15 ホットピラティス (60分) 佐藤	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 佐藤	14:00 ~ 15:00 ホットピラティス (60分) 佐藤			
		14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	15:45 ~ 16:45 美しいアンチエイジング ヨガ(60分) 佐藤	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山					
		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 柳澤	17:20 ~ 17:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	15:45 ~ 16:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 丸山	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 佐藤	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 丸山			
		19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	15:45 ~ 16:45 骨盤矯正ヨガ HERBAL RELAX (60分) 星野	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ Advance (60分) 星野	19:15 ~ 20:15 パワーヨガ Advance (60分) 柳澤			
		21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 佐藤		21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 柳澤	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 星野	21:00 ~ 22:00 ホットピラティス (60分) 佐藤			