

loIve 長岡店						【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール		2025/06/13 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)		背中美人ヨガ (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 ~ 13:15		
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		未定	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		
ホットピラティス (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (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)				
				未定	佐藤				
				17:30 ~ 18:30					
二の腕引き締めヨガ (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)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			17:30 ~ 18:30		
星野	未定		柳瀬	佐藤			Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15			星野		
スタンダード60 (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		ピラティス ブートキャンプ (45分)	ホットピラティス (60分)			19:15 ~ 20:15		
未定	柳瀬		佐藤	佐藤			腸活ヨガ ver.2 (60分)		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			星野		
腸活ヨガ ver.2 (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		子宮温活ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			21:00 ~ 22:00		
星野	柳瀬		柳瀬	柳瀬			スタンダード60 (60分)		

lolove 長岡店						【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール		2025/06/13 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)	座せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		
加藤		柳瀬	星野	未定		星野	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)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		ホットピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		
星野		加藤	佐藤	星野		佐藤	星野		
		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00			
		パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)			14:00 ~ 15:00		
		柳瀬	星野	未定			14:00 ~ 15:00		
			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45					
			ホットピラティス (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)					
			佐藤	星野					
			17:30 ~ 18:30						
			スタンダード60 (60分)						
			未定						
			17:30 ~ 18:30						
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)				背中美人ヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)		
柳瀬	星野	未定				柳瀬	佐藤		
19:15 ~ 20:00	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)				眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		
柳瀬	未定	佐藤				柳瀬	未定		
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)	二の腕引き締めヨガ (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				未定	佐藤		

スケジュール							2025/06/13	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	
	<b>10:30 ~ 11:30</b> アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 加藤	<b>10:30 ~ 11:30</b> リンパティックヨガ (60分) 佐藤	<b>10:30 ~ 11:30</b> オトナのための オールインワンヨガ (60分) 柳瀬		<b>10:30 ~ 11:30</b> ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 柳瀬	<b>10:30 ~ 11:30</b> エアロビヨガ (60分) 星野		
	<b>12:15 ~ 13:15</b> 眠れる体に整えるヨガ (60分) 柳瀬	<b>12:15 ~ 13:15</b> スタンダード60 (60分) 未定	<b>12:15 ~ 13:15</b> Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 星野		<b>12:15 ~ 13:15</b> 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬	<b>12:15 ~ 13:15</b> アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 加藤		
	<b>14:00 ~ 15:00</b> スタンダード60 (60分) 未定	<b>14:00 ~ 14:45</b> ピラティス ブートキャンプ (45分) 佐藤	<b>14:00 ~ 15:00</b> はじめでのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 柳瀬		<b>14:00 ~ 15:00</b> スタンダード60 (60分) 未定			
		<b>15:45 ~ 16:45</b> 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星野	<b>15:45 ~ 16:45</b> アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 星野					
		<b>17:30 ~ 18:30</b> 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野			<b>17:30 ~ 18:30</b> はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	<b>17:30 ~ 18:30</b> 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 柳瀬	<b>17:30 ~ 18:30</b> BEAT CORE HIIT (45分) 柳瀬	
	<b>17:30 ~ 18:30</b> リンパティックヨガ (60分) 佐藤	<b>17:30 ~ 18:30</b> ホットピラティス (60分) 佐藤			<b>19:15 ~ 20:15</b> アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 星野	<b>19:15 ~ 20:15</b> 背中美人ヨガ (60分) 星野	<b>19:15 ~ 20:15</b> ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 柳瀬	
	<b>19:15 ~ 20:15</b> エアロビヨガ (60分) 星野	<b>19:15 ~ 20:15</b> 子宮温活ヨガ (60分) 柳瀬			<b>21:00 ~ 22:00</b> アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星野	<b>21:00 ~ 21:45</b> BEAT CORE HIIT (45分) 柳瀬	<b>21:00 ~ 22:00</b> 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	<b>21:00 ~ 22:00</b> ホットピラティス (60分) 佐藤
								<b>21:00 ~ 22:00</b> スタンダード60 (60分) 未定

iolve 長岡店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2025/06/13	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
骨盤矯正ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	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)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
星野	星野	未定		佐藤	加藤		
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)	子宮温活ヨガ (60分)	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)		
加藤	柳瀬	佐藤		未定	佐藤		
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
二の腕引き締めヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	ホットピラティス (60分)		
星野	星野	未定		佐藤	佐藤		
	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:30					
	美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)					
	柳瀬	佐藤					
	17:30 ~ 18:30						
	スタンダード60 (60分)						
	未定						
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)				寝れる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	
柳瀬				星野	未定	柳瀬	
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)				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	
佐藤				星野	星野	柳瀬	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
リンパデトックスヨガ (60分)				眠れる体に整えるヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	ホットピラティス (60分)	
佐藤				柳瀬	星野	佐藤	