

Iolve 長岡店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2025/10/15		更新
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08	
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	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
スタンダード 60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	
丸山	柳瀬		柳瀬	丸山		柳瀬	星野	
12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	~	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード 60 (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	
柳瀬	丸山		柳瀬	丸山		星野	未定	
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 (60分)	パワーヨガ Advance (会員様限定) (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)		アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (60分)	スリムアッププレス (60分)	
丸山	柳瀬		丸山	柳瀬		柳瀬	星野	
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		~	~	~	~	15:45 ~ 16:45	
背中美人ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)						リンパデトックスヨガ (60分)	
柳瀬	丸山						丸山	
17:30 ~ 18:30	~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30	
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)	
柳瀬							丸山	
~	~		~	~	~	~	~	
~	~		17:30 ~ 18:30	~	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	~	
			アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
~	~		星野		丸山	丸山		
~	~		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	~	
			リンパデトックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)		
~	~		丸山	柳瀬	丸山	星野		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	
			二の腕引き締めヨガ (60分)	アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		
			星野	柳瀬	星野	星野		

Iolve 長岡店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/15		更新
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
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)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		二の腕引き締めヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
未定		加藤	柳瀬		星野	未定	丸山	
12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	~	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	
BEAT CORE HIIT (45分)		腸活ヨガ 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 DEEP FOREST (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	
星野		星野	丸山		柳瀬	柳瀬	星野	
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	~	~	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
骨盤矯正ヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)			みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	スタンダード 60 (60分)	
星野		星野			柳瀬	柳瀬	丸山	
15:45 ~ 16:45		~	~	~	~	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
スタンダード 60 (60分)						スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	
未定						丸山	星野	
~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30	~	
						リンパデトックスヨガ (60分)		
~		~	~	~	~	丸山	~	
~		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	~	~	
		美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)			
~		柳瀬	星野	丸山	柳瀬			
~		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	~	~	
		スタンダード 60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	スタンダード 60 (60分)			
~		丸山	星野	星野	未定			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~	
		背中美人ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			
		柳瀬	未定	星野	柳瀬			

Iolve 長岡店		【 11/17 ~ 11/24 】		スケジュール		2025/10/15	更新
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 丸山	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星野	~	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未定	定休日
	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 加藤	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未定	~	12:15 ~ 13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 柳瀬	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未定	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 星野	
	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	14:00 ~ 14:45 ピラティス プートキャンプ (45分) 星野	~	14:00 ~ 15:00 アロマリラクゼーション ヨガ(60分) 星野	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 柳瀬	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 未定	
	~	~	~	~	15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 柳瀬	15:45 ~ 16:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星野	
	~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 丸山	~	
	~	~	~	~	~	~	
	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 柳瀬	~	17:30 ~ 18:30 アロマリラクゼーション ヨガ DEEP FOREST (60分) 星野	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	~	~	
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 未定	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) 星野	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 柳瀬	~	~	
	21:00 ~ 21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 柳瀬	21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 柳瀬	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 未定	21:00 ~ 22:00 スリムアッププレス (60分) 星野	~	~	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	~	~	

Iolve 長岡店		【 11/25 ~ 11/30 】		スケジュール		2025/10/15	更新
11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30		
火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 加藤	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	~	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未定	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 星野	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 柳瀬		
12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	~	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星野	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) 星野		
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山	~	~	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 星野	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	14:00 ~ 15:00 アロマリラクゼーション ヨガ HERBAL RELAX (60分) 柳瀬		
~	~	~	~	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野		
~	~	~	~	17:30 ~ 18:15 ピラティス プートキャンプ (45分) 星野	~		
~	~	~	~	~	~		
17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 未定	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 星野	~	~		
19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 未定	19:15 ~ 20:00 BEAT CORE HIIT (45分) 柳瀬	19:15 ~ 20:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 柳瀬	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	~	~		
21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 柳瀬	21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション ヨガ FRUITY DIET (60分) 柳瀬	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 柳瀬	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 丸山	~	~		