

IoIve 長岡店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/10 更新	
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	10:30 ~ 11:30	スタンダード60 (60分)	10:30 ~ 11:30	海汗ゲイストヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		
			渡邊		柳瀬	丸山			
			12:15 ~ 13:15	骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15	リンパデトックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		
			星野		丸山	柳瀬			
			14:00 ~ 14:45	Movie Heroine Yoga (45分)	14:00 ~ 15:00	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		
			星野	渡邊	柳瀬	柳瀬			
			15:45 ~ 16:45	スタンダード60 (60分)	15:45 ~ 16:30	ピラティスブートキャンプ (45分)	星野		
			渡邊						
			17:30 ~ 18:30	腸活ヨガ ver.2 (60分)					
			星野						
年末年始休業	年末年始休業	定休日						営業時間外	
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	17:30 ~ 18:30	スタンダード60 (60分)	17:30 ~ 18:30	Movie Heroine Yoga (45分)	星野		
			渡邊						
			19:15 ~ 20:15	お腹引き締めヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
			星野						
			21:00 ~ 22:00	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00 ~ 22:00	みるみる変わら姿勢ピラティス (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		
			星野						

IoIve 長岡店		【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール						2025/12/10 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		
営業時間外	営業時間外	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
			腸活ヨガ ver.2 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	
			星野	星野	柳瀬	加藤	星野	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)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	海汗ゲイストヨガ (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)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	
			星野	星野	柳瀬	丸山	渡邊	柳瀬	
			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)	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)	お腹引き締めヨガ (60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)	
			渡邊	丸山	丸山	星野	星野	星野	
			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
営業時間外	営業時間外	営業時間外	二の腕引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	星野				
			星野	丸山					
			17:30 ~ 18:30	スタンダード60 (60分)	丸山				
			丸山						
			17:30 ~ 18:30	ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)					
			柳瀬						
			19:15 ~ 20:15	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)					
			星野						
			21:00 ~ 22:00	パワー ヨガAdvance (会員様限定) (60分)					
			柳瀬						
営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30	エアロビヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		
			星野		柳瀬		柳瀬		
			19:15 ~ 20:15	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)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)		
			丸山		丸山		渡邊		
			21:00 ~ 22:00	スタンダード60 (60分)	海汗ゲイストヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		
			渡邊		柳瀬		丸山		
			21:00 ~ 22:00						

loIve 長岡店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール					2025/12/10 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
子宮温活ヨガ (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)	背中美人ヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	
柳瀬	渡邊		加藤	柳瀬		星野	丸山	
12:15 ~ 13:15	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)	腸活ヨガ ver.2 (60分)		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)		二の腕引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
渡邊	星野		加藤	柳瀬		星野	丸山	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
エアロビヨガ (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)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	薄汗ゲイクトヨガ (60分)	
星野	渡邊		柳瀬	渡邊		丸山	柳瀬	
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		薄汗ゲイクトヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		スタンダード60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	
柳瀬	星野		柳瀬			渡邊	柳瀬	
17:30 ~ 18:30			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
お腹引き締めヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード60 (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	
星野			渡邊	星野		星野	柳瀬	
15:45 ~ 16:45			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
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)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	
渡邊			柳瀬	渡邊		星野	丸山	

loIve 長岡店		【 01/25 ~ 01/30 】 スケジュール					2025/12/10 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	
Beat Drum Diet 3.0 (45分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
柳瀬			加藤	柳瀬		丸山	丸山	
12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	
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)	スタンダード60 (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
渡邊			加藤	渡邊		星野	柳瀬	
14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		腸活ヨガ ver.2 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	
柳瀬			渡邊	柳瀬		星野	星野	
15:45 ~ 16:45						15:45 ~ 16:45		
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)		
渡邊						柳瀬		
15:45 ~ 16:45						17:30 ~ 18:30		
ビラティス ブートキャンプ (45分)						背中美人ヨガ (60分)		
星野						星野		
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
骨盤矯正ヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	薄汗ゲイクトヨガ (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)	
星野			渡邊	柳瀬		丸山	丸山	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
はじめてのホットピラティス (60分)			リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		スタンダード60 (60分)		
丸山			丸山	柳瀬		渡邊		