

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08										
日	月	火	水	木	金	土	日										
10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	定休日	10:20 ~ 10:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 丸山	営業時間外	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 島田	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 柳瀬	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 島田										
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星野		10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山		12:05 ~ 12:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 星野	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 丸山										
14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山		12:15 ~ 13:00 BEAT CORE HIIT (45分) 星野	営業時間外		営業時間外	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 柳瀬	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 島田									
15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 丸山		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山				14:00 ~ 15:00 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 星野	15:35 ~ 15:45 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山									
定休日		営業時間外				営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	17:30 ~ 18:30 滝汗が「1t3h」 (60分) 柳瀬	17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 島田						
									19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 島田	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 島田	19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 渡邊					
									21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 渡邊	21:00 ~ 22:00 小顔リフトピラティス (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野					
									定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	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) 丸山	17:30 ~ 18:30 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田	
														19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 島田	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 島田	19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 渡邊
														21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 渡邊	21:00 ~ 22:00 小顔リフトピラティス (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16			
月	火	水	木	金	土	日	月			
定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 渡邊	10:30 ~ 11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 柳瀬	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	定休日			
	12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 柳瀬		12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 柳瀬	12:15 ~ 13:15 小顔リフトピラティス (60分) 島田				
	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	14:00 ~ 15:00 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山	14:00 ~ 15:00 滝汗が「1t3h」 (60分) 島田	14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 島田				
	定休日	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 滝汗が「1t3h」 (60分) 島田	15:45 ~ 16:30 スタンダード60 (60分) 丸山	
								17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 丸山	17:30 ~ 18:30 BEAT CORE HIIT (45分) 星野	
								17:30 ~ 18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 柳瀬	17:30 ~ 18:30 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田	
								19:05 ~ 19:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 星野	17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 柳瀬
								19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	19:15 ~ 20:15 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 星野
								21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) 星野	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 柳瀬

loIve 長岡店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/27 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 島田	10:30 ~ 11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 柳瀬	営業時間外	10:30 ~ 11:30 醒トレビューティーヨガ (60分) 島田	10:30 ~ 11:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) 柳瀬	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	定休日	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬		
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 渡邊	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 柳瀬		12:15 ~ 13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分) 星野	12:05 ~ 12:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山	12:15 ~ 13:15 滝汗ダ イェット30 (60分) 柳瀬		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山		
14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 島田	14:00 ~ 15:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) 島田		14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 丸山		13:50 ~ 14:00 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山		
営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 柳瀬		15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 柳瀬	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	
					15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (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 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 柳瀬	営業時間外		17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 星野	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 渡邊				17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	
19:15 ~ 20:15 滝汗ダ イェット30 (60分) 柳瀬			19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 渡邊	19:15 ~ 20:15 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) 柳瀬				19:15 ~ 20:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) 島田	
20:05 ~ 20:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山			19:15 ~ 20:15 小顔リフトピラティス (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬				21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 島田
21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山			21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) 星野						

loIve 長岡店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

2026/01/27 更新

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 島田	営業時間外	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 柳瀬	
12:15 ~ 13:15 お顔引き締めヨガ (60分) 島田		12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 星野	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 渡邊	
14:00 ~ 15:00 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) 柳瀬		14:00 ~ 15:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) 柳瀬	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) 柳瀬
				17:20 ~ 17:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山
				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) 渡邊		17:30 ~ 18:30 小顔リフトピラティス (60分) 島田	19:15 ~ 20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 柳瀬	
19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野		19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) 星野	20:50 ~ 21:00 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 丸山	
21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 星野		21:00 ~ 22:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	