

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星野	定休日	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 星野	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 渡邊	営業時間外	10:30 ~ 11:30 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (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 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 柳瀬	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 柳瀬		12:15 ~ 13:15 エアロビヨガ (60分) 島田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 丸山	12:15 ~ 13:15 滝汗が「イェト3h」 (60分) 島田
14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 星野		14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 柳瀬		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 渡邊	14:00 ~ 15:00 小顔リフトピラティス (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
15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山		17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 島田	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山		17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 星野	15:45 ~ 16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分) 柳瀬
		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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 星野		19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 星野	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 柳瀬	
		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 渡邊	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 星野		21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	21:00 ~ 22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 柳瀬	

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 柳瀬	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 丸山	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) 星野	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 渡邊	10:30 ~ 11:30 滝汗が「イェト3h」 (60分) 島田	定休日
	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) 柳瀬	12:15 ~ 13:15 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 HERBAL RELAX (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 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	
	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 渡邊	14:00 ~ 15:00 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	14:00 ~ 15:00 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	
	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 星野	17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 星野		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星野	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 島田	15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 柳瀬	
	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山	19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 星野		19:15 ~ 20:15 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 丸山	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 島田	
	21:00 ~ 22:00 小顔リフトピラティス (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 柳瀬		21:00 ~ 22:00 滝汗が「イェト3h」 (60分) 島田	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 丸山		

loIve 長岡店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/27 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:15
エアロビヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		子宮温活ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)
島田	柳瀬		柳瀬	丸山	星野		星野
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	小顔リフトピラティス (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)
島田	島田		星野	島田	柳瀬		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
リンパドックスヨガ (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	滝汗が 'イェト30' (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 HERBAL RELAX (60分)
丸山	柳瀬		柳瀬	柳瀬	柳瀬		星野
17:30 ~ 18:30	営業時間外		17:30 ~ 18:30	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45
眠れる体に整えるヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	滝汗が 'イェト30' (60分)	
柳瀬		丸山	島田	柳瀬	星野	柳瀬	
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:15 ~ 20:15	
はじめてのホットピラティス (60分)		滝汗が 'イェト30' (60分)	リンパドックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	
丸山		島田	丸山	星野	丸山	島田	
21:00 ~ 21:45		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)			はじめてのホットピラティス (60分)	
星野		丸山	島田			丸山	

loIve 長岡店

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

2026/02/27 更新

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30
腫トレビューティー ヨガ (60分)		滝汗が 'イェト30' (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)
島田		島田	星野	渡邊		島田
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
スリムアッププレス (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)	腫トレビューティー ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)
星野		柳瀬	星野	島田		渡邊
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00
はじめてのホットピラティス (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		子宮温活ヨガ (60分)
丸山		丸山	島田	星野		島田
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45
スタンダード60 (60分)	リンパドックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
丸山	丸山	星野	星野	島田	柳瀬	
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	17:30 ~ 18:30		19:15 ~ 20:15	
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)	
星野	柳瀬	島田	島田		星野	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
眠れる体に整えるヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			リンパドックスヨガ (60分)	
柳瀬	柳瀬	星野			丸山	