

loIve 長岡店		【 03/01 ~ 03/08 】		スケジュール		2026/02/11 更新		
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 滝汗ﾀﾞｲﾔﾂﾅ (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		営業時間外	営業時間外		営業時間外	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	
						17:30 ~ 18:30 腫トレビューティー ヨガ (60分) 島田		
		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		
		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 スリムアップブレス (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		

loIve 長岡店		【 03/09 ~ 03/16 】		スケジュール		2026/02/11 更新	
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 スリムアップブレス (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'ｲﾂﾄ3ｶﾞ' (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	営業時間外		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 スタンダード60 (60分) 丸山	
	営業時間外			営業時間外	15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 柳瀬	15:45 ~ 16:45 小顔リフトピラティス (60分) 島田	
					17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 島田		
	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		
	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		
	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'ｲﾂﾄ3ｶﾞ' (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		2026/02/11 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3h` (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
営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外
			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)		
			島田	柳瀬	星野		
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
			背中美人ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
			星野	丸山			
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30
眠れる体に整えるヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)					滝汗が`イェト3h` (60分)
柳瀬		丸山					柳瀬
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15					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3h` (60分)	リンパドックスヨガ (60分)					子宮温活ヨガ (60分)
丸山	島田	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

IoIve 長岡店		【 03/25 ~ 03/31 】		スケジュール		2026/02/11	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	
腹トレビューティー ヨガ (60分)		滝汗が「イェト3h」 (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)	腹トレビューティー ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
星野		柳瀬	星野	島田		渡邊	
営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	
		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)	スリムアッププレス (60分)		子宮温活ヨガ (60分)	
		丸山	島田	星野		島田	
		営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	
	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)				
	星野		島田				
17:30 ~ 18:30							
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15				17:30 ~ 18:30	
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)				はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
丸山	丸山	星野				柳瀬	
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				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)				エアロビヨガ (60分)	
星野	柳瀬	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	