

スケジュール							2026/01/11	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)		10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分)		10:30 ~ 11:30 腰トレーニング ヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	
星野		星野	渡邊		島田	星野	柳瀬	
12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分)		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分)	12:15 ~ 13:15 満汗ゲイエトヨガ (60分)	
丸山		柳瀬	柳瀬		島田	丸山	島田	
14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分)		14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分)		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分)	14:00 ~ 15:00 小顔リフトピラティス (60分)	14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
星野		星野	柳瀬		渡邊	島田	島田	
15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分)					15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分)	15:45 ~ 16:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	15:45 ~ 16:45 星野	
丸山						17:30 ~ 18:30 腰トレーニング ヨガ (60分)	柳瀬	
						島田		
					17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分)	
					島田	丸山	丸山	
					19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	19:15 ~ 20:15 スリムアップフレッシュ (60分)	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分)	
					柳瀬	星野	星野	
					21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分)	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分)	
					渡邊	星野	丸山	
							柳瀬	

IoIve 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	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		スリムアップブレス (60分)	スタンダード60 (60分)	薄汗ゲイツヨガ (60分)	
	柳瀬	丸山		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	
	子宮温活ヨガ (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)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
	柳瀬	島田		星野	柳瀬	丸山	
	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)			免疫セラピーヨガ (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)	
	渡邊			柳瀬	丸山	丸山	
	営業時間外			15:45 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		
定休日	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	小顎リフトピラティス (60分)		
	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		柳瀬	島田		
	星野	星野		17:30 ~ 18:30	子宮温活ヨガ (60分)		
	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00		島田	島田		
	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		19:15 ~ 20:15	エアロピヨガ (60分)		
定休日	丸山	星野	営業時間外	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
	21:00 ~ 22:00	オトナのための オールインワンヨガ (60分)		21:00 ~ 22:00	薄汗ゲイツヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
	島田	柳瀬		21:00 ~ 22:00	島田	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		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	
エアロピヨガ (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)	小顎リフトピラティス (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	
リンパデトックスヨガ (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)	薄汗ゲイコトヨガ (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	
15:45 ~ 16:45			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
オトナのための オールインワンヨガ (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)			
島田			島田	柳瀬	星野			
17:30 ~ 18:30			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)	スタンダード60 (60分)			薄汗ゲイコトヨガ (60分)	
柳瀬			丸山	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)	薄汗ゲイコトヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (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				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	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30							
スタンダード60 (60分)								
丸山								
19:15 ~ 20:15								
21:00 ~ 22:00								

loIve 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			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
腹トレビューティー ヨガ (60分)			薄汗ゲイコトヨガ (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	
スリムアップブレス (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	
14:00 ~ 15:00			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)	スリムアップブレス (60分)			子宮温活ヨガ (60分)	
丸山			丸山	島田	星野		島田	
15:45 ~ 16:45			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
			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 ~ 18:15					17:30 ~ 18:30	
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (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)	小顎リフトピラティス (60分)					エアロピヨガ (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				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)					リンパデトックスヨガ (60分)	
柳瀬	柳瀬	星野					丸山	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分)						
星野	柳瀬	島田						
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)						
柳瀬	柳瀬	星野						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
丸山	丸山	星野						
19:15 ~ 20:00	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)	小顎リフトピラティス (60分						