

2025/07/08 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	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		10:30 ~ 11:30
スタンダード 60 (60分)	背中美人ヨガ (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)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)
遼上	日野		遼上	日野	江畑		清都
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 CORE HIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	小顔リフトピラティス (60分)		スタンダード 60 (60分)
清都	遼上		日野	遼上	清都		江畑
13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード 60 (60分)		スタンダード 60 (60分)	セルトル養護ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)
遼上	遼上		遼上	清都	江畑		清都
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		
				全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		
				日野	清都		
				17:30 ~ 18:30			
				腸活ヨガ ver.2 (60分)			
				遼上			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30
骨盤矯正ヨガ (60分)	ホットピラティス (60分)	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)
日野	日野	清都	江畑				日野
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15
スタンダード 60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)
江畑	日野	江畑	清都				遼上
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)				全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
日野	江畑	清都	清都				日野

2025/07/08 更新

07/09	07/10	07/12	07/13	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30
スタンダード 60 (60分)		スタンダード 60 (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		ピラティス ブートキャンプ (45分)	子宮温活ヨガ (60分)
江畑		江畑	清都	日野		日野	日野
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15
セルトル 美脚ヨガ (60分)		小尻リフトピラティス (60分)	ホットピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (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)
清都		清都	日野	漙上		日野	江畑
		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:30		13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00
		セルトル 美脚ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	アドバンス 90 (会員様限定) (90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)
		清都	江畑	日野		漙上	日野
			15:45 ~ 16:45	16:15 ~ 17:15			
			痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			
			清都	漙上			
			17:30 ~ 18:30				
			アロマリラクسسヨガ HERBAL RELAX (60分)				
			日野				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
腸活ヨガ ver.2 (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)				小尻リフトピラティス (60分)	
漙上	清都	漙上				清都	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
お直しきねむりヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)				セルトル 美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
日野	漙上	漙上				清都	江畑
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)				腸活ヨガ ver.2 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)
日野	漙上	清都				漙上	清都

iolve 苫小牧店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/07/08 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 日野	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 江畑	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ハイランジ】 日野		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 池上	10:30 ~ 11:30 二の腹引き締めヨガ (60分) 清都	
	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【開脚前屈】 日野	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 池上	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 日野		12:15 ~ 13:15 二の腹引き締めヨガ (60分) 清都	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【開脚前屈】 池上	
	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 江畑	14:00 ~ 14:45 ピラティス フットキャンピング (45分) 日野	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 清都		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 池上	
	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	15:30 ~ 16:30 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	14:00 ~ 15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分) 清都				
		17:05 ~ 17:15 アサナ解説 【ナタラジャ・サナ】 日野	15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 日野				
17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 清都		17:15 ~ 18:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 日野			17:30 ~ 18:30 セルトリ・鉄鋼ヨガ (60分) 清都		17:30 ~ 18:30 ピラティス フットキャンピング (45分) 日野
19:15 ~ 20:15 二の腹引き締めヨガ (60分) 清都	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 清都				19:05 ~ 19:15 アサナ解説 【ナタラジャ・サナ】 清都	17:00 ~ 18:00 子宮温活ヨガ (60分) 日野	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 江畑
20:50 ~ 21:00 アサナ解説 【ダウンドッグ】 池上	19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) 池上				19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 江畑	18:45 ~ 20:15 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 日野	20:50 ~ 21:00 アサナ解説 【ダウンドッグ】 清都
21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 池上	20:45 ~ 21:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) 池上				21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分) 清都	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 江畑	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑

iolve 苫小牧店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/07/08 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分) 清都	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	10:30 ~ 11:30 二の腹引き締めヨガ (60分) 清都		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 江畑	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 清都	
12:15 ~ 13:00 BEAT CORE HIIT (45分) 清都	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【ダウンドッグ】 池上	12:15 ~ 13:15 小顔リフトピラティス (60分) 清都		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 江畑	
13:45 ~ 14:45 スタンダード60 (60分) 池上	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 江畑	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ナタラジャ・サナ】 池上		14:00 ~ 15:30 お腹引き締めヨガ (60分) 日野	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	
	14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 池上	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 池上				
	15:45 ~ 16:45 ホットピラティス (60分) 日野	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 池上				
17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 江畑	17:30 ~ 18:30 全身とこの 暖たまんまヨガ (60分) 日野					
19:05 ~ 19:15 アサナ解説 【ハイランジ】 日野				17:30 ~ 18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 池上		17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 日野
19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 日野				19:15 ~ 20:15 ホットピラティス (60分) 日野	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 池上	19:15 ~ 20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 清都
21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) 日野				21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 日野	21:00 ~ 22:00 二の腹引き締めヨガ (60分) 清都	21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分) 清都