

loive 池袋店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2026/07/08 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
水	木	金	土	日	月	火	水
	営業時間外			9:00 ~ 10:00 特別レッスン(60分) H.Riko	定休日		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
リンパデトックスヨガ (60分) Y.Hina		アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) Y.Hina	美ボディフロー ピラティス (60分) Y.Hina	スタンダード 60 (60分) N.Aina		滝汗ダイエットヨガ (60分) K.Miho	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Hina
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 HIIT (45分) N.Aina		もも尻ヨガティス (60分) I.Saya	リンパデトックスヨガ (60分) Y.Hina	エアロビヨガ (60分) N.Aina		スタンダード 60 (60分) B.Saho	はじめてのホットピラティス (60分) M.Yuka
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:10	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分) N.Aina		Beat Drum Diet 3.0 (45分) M.Yuka	ディープブレスヨガ (70分) H.Riko	リンパデトックスヨガ (60分) B.Saho		青盤座筋トレーニングヨガ (60分) M.Yuka	営業時間外
			16:00 ~ 17:00	15:45 ~ 16:45			
			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) N.Aina	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Riko			
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:45 ~ 18:45		17:30 ~ 18:30	
スタンダード 60 (60分) B.Saho	小顔リフトピラティス (60分) I.Saya	青盤座筋トレーニングヨガ (60分) M.Yuka	セルトル美脚ヨガ (60分) M.Yuka	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) N.Aina	二の腕引き締めヨガ (60分) N.Aina		
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
もも尻ヨガティス (60分) H.Riko	Beat Drum Diet 3.0 (45分) I.Saya	スタンダード 60 (60分) B.Saho	営業時間外	はじめてのホットピラティス (60分) H.Riko	子育温活ヨガ (60分) H.Riko		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
青盤矯正ヨガ (60分) M.Yuka	スタンダード 60 (60分) B.Saho	背中美人ヨガ (60分) H.Riko		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) N.Aina	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Riko		

loive 池袋店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2026/07/03	更新
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
営業時間外				定休日			営業時間外
	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) Y.Hina	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) B.Saho	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) Y.Hina		10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) U.Ami	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Hina	
	12:15 ~ 13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Riko	12:15 ~ 13:15 loiveのWorkout MIX (60分) I.Saya	12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】マリチのポーズ H.Riko		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) M.Yuka	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) B.Saho	
		13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】ダウンドック I.Saya	12:15 ~ 13:25 ディープブレスヨガ (70分) H.Riko		14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) B.Saho	13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】美腿 1のポーズ M.Yuka	
	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) H.Riko	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) B.Saho	14:15 ~ 15:15 はじめてのホットピラティス (60分) H.Riko			14:00 ~ 15:00 滝汗ダ'イェトヨガ' (60分) M.Yuka	
	17:30 ~ 18:30 青盤矯正ヨガ (60分) M.Yuka	17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) B.Saho	15:45 ~ 16:45 もも尻ヨガティス (60分) H.Riko		17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) K.Miho	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分) I.Saya	
	19:15 ~ 20:00 BEAT CORE HIIT (45分) N.Aina	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) I.Saya	17:30 ~ 18:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Riko		19:15 ~ 20:15 小顔リフトピラティス (60分) H.Riko	19:15 ~ 20:15 loiveのWorkout MIX (60分) I.Saya	
	20:50 ~ 21:00 【アサナ解説】コブラのポーズ N.Aina	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) M.Yuka	19:15 ~ 20:15 特別レッスン(60分) I.Saya		20:50 ~ 21:00 【アサナ解説】コブラのポーズ N.Aina	21:00 ~ 22:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) N.Aina	
	21:00 ~ 22:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) N.Aina				21:00 ~ 22:00 エアロピヨガ (60分) N.Aina		

Iolove 池袋店		【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2026/07/03	更新	
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
			定休日		10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】コブラのポーズ Y.Hina	営業時間外		
10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) Y.Hina	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) M.Yuka	10:20 ~ 11:30 ディーププレスヨガ (70分) H.Riko		10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) H.Riko	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Hina		10:30 ~ 11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Hina	
12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガティス (60分) H.Riko	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) H.Riko	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) M.Yuka		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) N.Aina	12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Aina		12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) N.Aina	
13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】英雄 1のポーズ M.Yuka	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) B.Saho	13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】ダウンドック I.Saya		14:00 ~ 15:00 エアロヨガ (60分) N.Aina	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) M.Yuka	13:00 ~ 14:00 特別レッスン (60分) H.Riko	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) B.Saho	
14:00 ~ 15:30 アドハチス 90 (会員様限定) (90分) M.Yuka	15:45 ~ 16:45 骨盤矯正ヨガ (60分) M.Yuka	14:00 ~ 15:00 IoloveのWorkout MIX (60分) I.Saya		営業時間外	営業時間外			
17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) H.Riko	17:20 ~ 17:30 【アサナ解説】マリチのポーズ H.Riko	15:45 ~ 16:45 小顔リフトピラティス (60分) H.Riko				17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Riko	17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) M.Yuka	
19:15 ~ 20:15 エアロヨガ (60分) N.Aina	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) H.Riko	17:30 ~ 18:30 特別レッスン (60分) I.Saya				18:45 ~ 20:15 アドハチス 90 (会員様限定) (90分) M.Yuka	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) M.Yuka	
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) B.Saho	19:15 ~ 20:15 特別レッスン (60分) H.Riko	営業時間外				21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) H.Riko	21:00 ~ 22:10 ディーププレスヨガ (70分) H.Riko	
					17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) B.Saho	19:05 ~ 19:15 【アサナ解説】英雄 1のポーズ M.Yuka		
					19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエット (60分) M.Yuka	19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) B.Saho		
					21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.Yuka	21:00 ~ 22:00 IoloveのWorkout MIX (60分) I.Saya		

Iolive 池袋店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2026/07/03	更新
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31	
土	日	月	火	水	木	金	
		定休日			営業時間外		
10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) Y.Hina	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) Y.Hina		10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Hina	10:30 ~ 11:30 IoliveのWorkout MIX (60分) I.Saya		10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) Y.Hina	
12:15 ~ 13:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.Yuka	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) B.Saho		12:15 ~ 13:15 滝汗ダ'イェオホ' (60分) M.Yuka	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) H.Riko		12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) B.Saho	
14:00 ~ 15:00 IoliveのWorkout MIX (60分) I.Saya	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) B.Saho		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Riko	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (金員様限定) (60分) H.Riko		14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) M.Yuka	
15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) I.Saya	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) H.Riko						
17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) N.Aina	営業時間外		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) M.Yuka	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分) I.Saya	17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) N.Aina	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) H.Riko	
営業時間外			19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) B.Saho	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) B.Saho	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Aina	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) N.Aina	
			21:00 ~ 22:00 もも尻ヨガティス (60分) H.Riko	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) M.Yuka	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) M.Yuka	21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) N.Aina	