

iLove 松本店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2026/01/21 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	01/25	01/26
土	日	月	火	水	木	金	土	01/26	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	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)	子宮温活ヨガ (60分)	茅野	セルトルヒートヨガ (60分)	はじめてのバーヨガ (会員様限定)(60分)	茅野	美ボディブロー ピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	茅野	
茅野	伊澤	伊澤	茅野	伊澤	伊澤	小坂	小坂	伊澤	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
リンパデトックスヨガ (60分)	美ボディブロー ピラティス (60分)	小坂	小坂リフトピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	茅野	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	茅野	
猪又	小坂	伊澤	伊澤	茅野	茅野	小坂	猪又	伊澤	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:30	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
育中美人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	伊澤	アドバンス90 (会員様限定)(90分)	Movie Heroine Yoga (45分)	伊澤	免疫セラピヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	茅野	
猪又	伊澤	伊澤	伊澤	猪又	伊澤	伊澤	茅野	伊澤	
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
肩コリリラックスヨガ (60分)	ダイエットヨガ (60分)	秋山	リンパデトックスヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	秋山	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員様限定)(60分)	秋山	
秋山	小坂	伊澤	猪又	秋山	伊澤	伊澤	猪又	伊澤	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 21:45	
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	伊澤	伊澤	BEAT CORE HIIT (45分)	はじめてのホットピラティス (60分)	秋山	Movie Heroine Yoga (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	秋山	
伊澤	伊澤	伊澤	秋山	小坂	秋山	伊澤	猪又	伊澤	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	
伊澤	伊澤	伊澤	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	ダイエットヨガ (60分)	秋山	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	秋山	
伊澤	伊澤	伊澤	秋山	小坂	秋山	秋山	猪又	秋山	

iLove 松本店		【 01/25 ~ 01/30 】 スケジュール						2026/01/21 更新	
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	01/25	01/26	
日	月	火	水	木	金	土	01/26	01/25	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
セルトルヒートヨガ (60分)	小坂	Movie Heroine Yoga (45分)	茅野	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	茅野	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	茅野	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
茅野	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	
秋山	小坂	小坂	小坂	小坂	小坂	小坂	小坂	小坂	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
脚トレーニング ヨガ(60分)	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	秋山	
秋山	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
スタンダード60 (60分)	伊澤	伊澤	Movie Heroine Yoga (45分)	はじめてのホットピラティス (60分)	茅野	脚トレーニング ヨガ(60分)	茅野	伊澤	
茅野	伊澤	伊澤	伊澤	秋山	秋山	秋山	秋山	伊澤	
17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
セルトルヒートヨガ (60分)	伊澤	伊澤	小坂	はじめてのバーヨガ (会員様限定)(60分)	茅野	スタンダード60 (60分)	茅野	秋山	
伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	秋山	
17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	
セルトルヒートヨガ (60分)	伊澤	伊澤	伊澤	免疫セラピヨガ (60分)	秋山	BEAT CORE HIIT (45分)	子宮温活ヨガ (60分)	伊澤	
伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	伊澤	秋山	秋山	伊澤	