

Iolve 自由が丘店 【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール								2025/10/14	更新
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (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)		
青島	望月		藤田	青島		清水	望月		
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		疲せる身体をつくる ダイエツトヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		
齊藤	青島		齊藤	青島		齊藤	清水		
14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)		アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分)		
齊藤	望月		藤田	望月		清水	青島		
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45						15:45 ~ 17:15		
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)						アドレンス 90 (会員様限定) (90分)		
清水	青島						青島		
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00		
はじめてのホットピラティス (60分)			もも尻ヨガティス (60分)		全身とどのう 寝たまんまヨガ (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)		
青島			青島		小島	青島	清水		
			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			
			リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)			
			清水	清水	望月	青島			
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
			全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	疲せる身体をつくる ダイエツトヨガ (60分)			
			青島	望月	小島	齊藤			

Iolve 自由が丘店 【 11/09 ~ 11/16 】 スケジュール								2025/10/14	更新
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30	定休日	全店研修	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15		
眠れる体に整えるヨガ (60分)			リンパデトックスヨガ (60分)		疲せる身体をつくる ダイエツトヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)		
齊藤			清水		藤田	青島	齊藤		
12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
エアロビヨガ (60分)			もも尻ヨガティス (60分)		スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		
望月			青島		齊藤	望月	望月		
14:00 ~ 15:00					14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)					腫トレビューティー ヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		
齊藤					藤田	齊藤	望月		
15:45 ~ 16:45						15:45 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		
アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)						Beat Drum Diet 3.0 (45分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		
望月						青島	齊藤		
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
			骨盤矯正ヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	腫トレビューティー ヨガ (60分)			
			齊藤	青島	望月	望月			
			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
			セルトル美脚ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)				
			望月	清水	望月				
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
			パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				
			齊藤	清水	清水				

iolve 自由が丘店

【 11/17 ~ 11/24 】

スケジュール

2025/10/14 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 岩島	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 望月		10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 清水	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 清水	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 岩島	定休日
	12:15 ~ 13:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分) 望月	12:15 ~ 13:15 腸トレビューティー ヨガ (60分) 望月		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 齊藤	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) 清水	
	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 望月	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) 清水		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 望月	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 清水	
					15:45 ~ 16:45 全身と頭の 衰えまんまヨガ (60分) 小島	15:45 ~ 16:45 もも尻ヨガティス (60分) 岩島	
	17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) 清水		17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 齊藤	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 齊藤	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 小島		
	19:15 ~ 20:15 もも尻ヨガティス (60分) 岩島	18:45 ~ 19:45 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 岩島	19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 望月			
	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	20:30 ~ 22:00 アドバンス 90 (会員様限定) (90分) 齊藤	21:00 ~ 22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 齊藤	21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分) 望月			

iolve 自由が丘店

【 11/25 ~ 11/30 】

スケジュール

2025/10/14 更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 齊藤	10:30 ~ 11:30 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分) 齊藤		10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 未定	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩島	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 岩島
12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) 清水	12:15 ~ 13:45 アドバンス 90 (会員様限定) (90分) 岩島		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	12:15 ~ 13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分) 齊藤	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 望月
14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) 未定			14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 望月	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 齊藤	14:00 ~ 15:00 全身と頭の 衰えまんまヨガ (60分) 齊藤
				15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 子宮温活ヨガ (60分) 清水
17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) 清水	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 望月	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 岩島	17:30 ~ 18:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 岩島	
19:15 ~ 20:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分) 岩島	19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 望月	19:15 ~ 20:15 腸トレビューティー ヨガ (60分) 望月	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 岩島		
21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 岩島	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 望月	21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分) 齊藤	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 望月		