

2026/09/13 更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
木	金	土	日	月	火	水	木
営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外
	免疫セラピーヨガ (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)		姿勢コアトレーニング (60分)	lo!veのWorkout MIX (60分)	
	K.Yuki	T.Kanon	A.Kana		Y.Miu	A.Kana	
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
	満汗ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)		アロマリラクسسヨガ FRUITY DIET (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	
	K.Yuki	K.Yuki	Y.Miu		A.Kana	K.Yuki	
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外	
	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)	特別レッスン (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		
	T.Kanon	K.Yuki	A.Kana		Y.Miu		
	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外		
		リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラクسسヨガ DEEP FOREST (60分)				
		T.Kanon	Y.Miu				
		17:30 ~ 18:30	lo!veのWorkout MIX (60分)				
	営業時間外	A.Kana	営業時間外				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	アロマリラクسسヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのホットビラティス (60分)		
K.Yuki	A.Kana		K.Yuki	Y.Miu	A.Kana		
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		
K.Yuki	T.Kanon		A.Kana	T.Kanon	T.Kanon		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
スタンダード60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		アロマリラクسسヨガ HERBAL RELAX (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		
T.Kanon	A.Kana		K.Yuki	Y.Miu	A.Kana		

2026/09/13 更新

10/09 金	10/10 土	10/11 日	10/12 月	10/13 火	10/14 水	10/15 木	10/16 金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Kana	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) K.Yuki	オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Yuki		二の腕引き締めヨガ (60分) K.Yuki	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) Y.Miu		滝汗*イェト3か (60分) K.Yuki	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) Y.Miu		はじめてのホットピラティス (60分) A.Kana	リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Yuki	
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) A.Kana	リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon	滝汗*イェト3か (60分) K.Yuki		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Yuki	姿勢コアトレーニング (60分) Y.Miu		セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	
営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外
	スタンダード60 (60分) T.Kanon	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu						
	17:30 ~ 18:30	営業時間外						
	姿勢コアトレーニング (60分) Y.Miu							
17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon				スタンダード60 (60分) T.Kanon	セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu		子宮温活ヨガ (60分) A.Kana	
19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	
セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu				lo!veのWorkout MIX (60分) A.Kana	スタンダード60 (60分) T.Kanon		二の腕引き締めヨガ (60分) K.Yuki	姿勢コアトレーニング (60分) Y.Miu
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
スタンダード60 (60分) T.Kanon				リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon	滝汗*イェト3か (60分) K.Yuki		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) Y.Miu	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) A.Kana

IoIve 旭川店		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2026/09/13 更新							
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24						
土	日	月	火	水	木	金	土						
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30						
リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)						
T.Kanon	T.Kanon		Y.Miu	Y.Miu		T.Kanon	Y.Miu						
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:45		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15						
姿勢コアトレーニング (60分)	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)		オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)						
Y.Miu	Y.Miu		T.Kanon	A.Kana		K.Yuki	T.Kanon						
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		営業時間外	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00					
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)				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)					
T.Kanon	T.Kanon		Y.Miu				T.Kanon	K.Yuki					
15:45 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		営業時間外				営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45			
BEAT CORE HIIT (45分)	姿勢コアトレーニング (60分)									スタンダード60 (60分)			
A.Kana	Y.Miu									T.Kanon			
17:30 ~ 18:30	営業時間外									営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)													骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)
Y.Miu													Y.Miu
営業時間外			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外						
			オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)							
			K.Yuki	T.Kanon	K.Yuki	K.Yuki							
			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)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)							
			T.Kanon	K.Yuki	K.Yuki	Y.Miu							
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00							
	免疫セラピーヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	姿勢コアトレーニング (60分)								
	K.Yuki		T.Kanon	A.Kana	Y.Miu								

IoIve 旭川店		【 10/25 ~ 10/31 】		スケジュール		2026/09/13	更新		
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31			
日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
二の腕引き締めヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	子宮温活ヨガ (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)			
K.Yuki		Y.Miu	A.Kana		Y.Miu	T.Kanon			
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
スタンダード60 (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
T.Kanon		A.Kana	T.Kanon		Y.Miu	T.Kanon			
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			
免疫セラピーヨガ (60分)		姿勢コアトレーニング (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)			
K.Yuki		Y.Miu	A.Kana		K.Yuki	K.Yuki			
15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45		
リンパデトックスヨガ (60分)							IoIveのWorkout MIX (60分)		
T.Kanon							A.Kana		
営業時間外							17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
							滝汗が「イェット」 (60分)	スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)
							K.Yuki	T.Kanon	A.Kana
							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)				スタンダード60 (60分)			骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
A.Kana				T.Kanon			Y.Miu	K.Yuki	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	営業時間外				
K.Yuki		Y.Miu	T.Kanon	A.Kana					