

2026/06/14 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						
10:30 ~ 11:30	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						
セルトル美脚ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)						
Y.Miu		Y.Miu	T.Mio	T.Kanon		T.Mio	T.Kanon						
12:15 ~ 13:15		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)		免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (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)						
T.Kanon		A.Kana	T.Kanon	Y.Miu		Y.Miu	Y.Miu						
14:00 ~ 15:30		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00						
EXパワーヨガ (会員様限定) (90分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)							
K.Miho		Y.Miu	T.Mio	T.Kanon		T.Mio							
営業 時間 外		営業 時間 外	営業 時間 外	営業 時間 外		営業 時間 外	営業 時間 外	営業 時間 外	営業 時間 外				
	15:45 ~ 16:45				15:45 ~ 16:45								
	セルトル美脚ヨガ (60分)				骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)								
	Y.Miu				Y.Miu								
	17:30 ~ 18:30												
	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)												
	Y.Miu												
	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
	リンパデトックスヨガ (60分)				背中美人ヨガ (60分)						スタンダード60 (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	
T.Mio	A.Kana		T.Kanon	A.Kana									
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15								
骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)								
Y.Miu	A.Kana	T.Mio		Misako	T.Mio								
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)	全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (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)								
A.Kana	A.Kana	T.Mio		Misako	T.Kanon								

2026/06/14 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	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Misako	10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】ダウンドック T.Mio	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットビラティス (60分) A.Kana	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) Y.Miu	営業時間外
	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) Misako	10:30 ~ 11:30 リンパドックスヨガ (60分) T.Mio	12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】マリチのポーズ Y.Miu		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】ダウンドック T.Mio	
	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) T.Kanon	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	12:15 ~ 13:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu		13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】コブラのポーズ Y.Miu	12:15 ~ 13:15 リンパドックスヨガ (60分) T.Mio	
	営業時間外	14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio		14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	
		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) Y.Miu	15:45 ~ 16:45 リンパドックスヨガ (60分) T.Mio				
		17:20 ~ 17:30 【アサナ解説】英雄1のポーズ A.Kana	17:30 ~ 18:30 IolveのWorkout MIX (60分) A.Kana			営業時間外	
		17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	営業時間外		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) T.Kanon		
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon	19:15 ~ 20:15 IolveのWorkout MIX (60分) A.Kana			20:50 ~ 21:00 【アサナ解説】英雄1のポーズ A.Kana		
	21:00 ~ 22:00 IolveのWorkout MIX (60分) A.Kana	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) A.Kana			21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) T.Kanon		

IoIve 旭川店		【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2026/06/14 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	
10:30 ~ 11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) A.Kana	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) T.Kanon	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	定休日	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) A.Kana	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) T.Mio	
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon	12:15 ~ 13:15 IoIveのWorkout MIX (60分) A.Kana	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon		12:15 ~ 13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) A.Kana	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon		12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	
14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Kana	13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】英雄1のポーズ A.Kana	13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】ダウンドック T.Mio		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) T.Kanon	営業時間外		14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	
営業時間外	14:00 ~ 15:00 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (60分) A.Kana	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) T.Mio		営業時間外			営業時間外	営業時間外
	15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) T.Kanon						
	17:20 ~ 17:30 【アサナ解説】ダウンドック T.Mio	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon			17:20 ~ 17:30 【アサナ解説】コブラのポーズ Y.Miu			
17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) T.Mio	営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	19:05 ~ 19:15 【アサナ解説】マリチのポーズ Y.Miu		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu
19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon				19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon	19:15 ~ 20:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu		19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon
21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio				21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) T.Kanon	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) T.Kanon

IoIve 旭川店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2026/06/14	更新				
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31					
土	日	月	火	水	木	金					
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					
セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)					
Y.Miu	T.Kanon		A.Kana	T.Kanon		T.Mio					
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)	セルトル美脚ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		アロマリラクゼスヨガ FRUITY DIET (60分)					
T.Kanon	Y.Miu		T.Kanon	T.Mio		A.Kana					
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00					
背中美人ヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)					
A.Kana	Y.Miu		A.Kana	T.Kanon		T.Mio					
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		営業時間外					
骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)										
Y.Miu	T.Kanon										
17:30 ~ 18:30	営業時間外										
スタンダード60 (60分)											
T.Kanon											
19:15 ~ 20:15											
特別レッスン (60分)											
A.Kana											
営業時間外											
営業時間外	営業時間外		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)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)						
			T.Kanon	T.Mio	Y.Miu						
			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)	セルトル美脚ヨガ (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)					
			T.Mio	Y.Miu	Y.Miu						
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	IoIveのWorkout MIX (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)							
T.Mio	A.Kana		Y.Miu	T.Kanon							