

2026/01/14 更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08					
日	月	火	水	木	金	土	日					
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
滝汗が「イェト3ｶﾞ」 (60分)		全身とどのう寝たまんまヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)					
宮下		浅田	幸村		林	幸村	姥貝					
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15					
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		先産セラピーヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)		スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	スタンダード60 (60分)					
宮下		林	幸村		姥貝	幸村	姥貝					
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00					
骨盤矯正ヨガ (60分)		パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)			滝汗が「イェト3ｶﾞ」 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
姥貝		浅田			宮下	宮下	宮下					
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	15:45 ~ 16:45			
二の腕引き締めヨガ (60分)								腸活ヨガ ver.2 (60分)	滝汗が「イェト3ｶﾞ」 (60分)			
姥貝								幸村	宮下			
営業時間外								17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
								骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	全身とどのう寝たまんまヨガ (60分)	
								姥貝	姥貝	浅田	浅田	
	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			
	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			Sound Feel Yoga ver.2 (60分)				骨盤矯正ヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)			
	林			宮下				姥貝	姥貝			
	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)			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)			
	姥貝			宮下				姥貝	浅田			
	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			

2026/01/14 更新

02/09 月	02/10 火	02/11 水	02/12 木	02/13 金	02/14 土	02/15 日	02/16 月		
定休日	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 浅田	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	営業時間外	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 林	10:30 ~ 11:30 全身とどう 寝たまんまヨガ (60分) 浅田	定休日		
	12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	12:15 ~ 13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分) 宮下		12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮下	12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 浅田	12:15 ~ 13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 浅田			
	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 浅田	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 姥貝	14:00 ~ 15:00 小顔リフトピラティス (60分) 浅田	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 宮下			
	営業時間外	15:45 ~ 16:45 滝汗'イェット' (60分) 宮下		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 林		15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 宮下	
		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下				17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 森山		営業時間外	
		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 姥貝				17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) 浅田			17:30 ~ 18:30 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分) 宮下
		19:05 ~ 19:15 〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説 森山				19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下			19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) 浅田
	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 森山	営業時間外		21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分) 森山	21:00 ~ 22:00 全身とどう 寝たまんまヨガ (60分) 浅田	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 浅田			

IoIve 浜松店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/14	更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	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	
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)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
宮下	宮下		林	姥貝	浅田		姥貝	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		リンパデトックスヨガ (60分)	
林	浅田		林	浅田	幸村		宮下	
14:00 ~ 15:00	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)	お腹引き締めヨガ (60分)		アロマリラクسسヨガ FRUITY DIET (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)	
林	宮下		宮下	姥貝	浅田		姥貝	
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	営業時間外
					全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	
					浅田		幸村	
					17:30 ~ 18:30			
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30	
全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	滝汗ダ'イェト3h' (60分)				Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	
浅田		姥貝	宮下				宮下	
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	
Movie Heroine Yoga (45分)	免疫セラピーヨガ (60分)	滝汗ダ'イェト3h' (60分)	全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)				免疫セラピーヨガ (60分)	
幸村	林	宮下	浅田				林	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
腸活ヨガ 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)	背中美人ヨガ (60分)				はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
幸村	林	姥貝	浅田				林	

IoIve 浜松店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール	2026/01/14	更新	
02/25	02/26	02/27	02/28				
水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
骨盤矯正ヨガ (60分)		滝汗が イェト3h (60分)	小顔リフトピラティス (60分)				
姥貝		宮下	浅田				
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15				
スタンダード60 (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラククスヨガ HERBAL RELAX (60分)				
未確定		姥貝	宮下				
営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00				
		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)				
		宮下	姥貝				
		営業時間外	15:45 ~ 16:45				
	オトナのための オールインワンヨガ (60分)						
	宮下						
	17:30 ~ 18:30						
	骨盤矯正ヨガ (60分)						
	姥貝						
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外			
アロマリラククスヨガ DEEP FOREST (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)					
宮下	浅田	未確定					
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15					
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)	二の腕引き締めヨガ (60分)					
浅田	未確定	姥貝					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
滝汗が イェト3h (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)					
宮下	浅田	未確定					