

loive イオンタウン上里店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		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 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:40	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 12:00
リンパデトックスヨガ (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)	ディープブレスヨガ (70分)		もも尻ヨガティス (60分)	アドバンス 90 (会員権限定) (90分)
M.Karina		A.Izumi	K.Yuri	K.Yuri		K.Yuri	H.Hina
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:45 ~ 13:45
セルトル美脚ヨガ (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)	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)
S.Aoi		A.Izumi	S.Aoi	K.Yuri		S.Aoi	S.Aoi
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
はじめてのホットピラティス (60分)		全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		腸活ヨガ ver.2 (60分)	営業時間外
H.Hina		K.Yuri	K.Yuri	A.Izumi		K.Yuri	
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	
			セルトル美脚ヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)			
			S.Aoi	A.Izumi			
	17:30 ~ 18:30		営業時間外				
	肩コリラックスヨガ (60分)						
	M.Karina						
	営業時間外						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
スタンダード 60 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)				
M.Karina	H.Hina	A.Izumi	A.Izumi				
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	SUMOMOYOGA 四肢コアダイレクト (60分)	スタンダード 60 (60分)			
K.Yuri	H.Hina	M.Karina	A.Izumi	M.Karina			
20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50		
二の腕引き締めヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)			
K.Yuri	S.Aoi	S.Aoi	H.Hina	A.Izumi			

loive イオンタウン上里店				【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		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	10:20 ~ 11:30 【アサナ解説】ダウンドック S.Aoi	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) A.Izumi	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) S.Aoi	定休日	10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】マリチのポーズ M.Karina	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) M.Karina	営業時間外		
	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) S.Aoi	12:15 ~ 13:15 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) K.Yuri	12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】ダウンドック S.Aoi		10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) M.Karina	12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】コブラのポーズ A.Izumi			
	12:15 ~ 13:15 loiveのWorkout MIX (60分) H.Hina	14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) K.Yuri	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) S.Aoi		12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) A.Izumi	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) A.Izumi			
	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) M.Karina	15:35 ~ 15:45 【アサナ解説】英雄 1 のポーズ H.Hina	14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Yuri		14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) A.Izumi	14:00 ~ 14:45 BEAT CORE HIIT (45分) A.Izumi			
	営業時間外	15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) H.Hina	15:45 ~ 16:45 loiveのWorkout MIX (60分) H.Hina		15:45 ~ 16:45 特別レッスン (60分) K.Yuri	営業時間外			
		17:30 ~ 18:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) S.Aoi	17:30 ~ 18:30 特別レッスン (60分) K.Yuri		営業時間外				
		営業時間外	営業時間外					営業時間外	
	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) A.Izumi					17:30 ~ 18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Yuri			17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) K.Yuri
	19:15 ~ 20:15 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) A.Izumi				17:30 ~ 18:30 肩コリラックスヨガ (60分) M.Karina	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) K.Yuri			19:05 ~ 19:15 アサナ解説】ダウンドック S.Aoi
	20:40 ~ 20:50 【アサナ解説】マリチのポーズ M.Karina	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Izumi	営業時間外		営業時間外	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) H.Hina		19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) K.Yuri	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) S.Aoi
	20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) M.Karina	20:50 ~ 21:50 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) A.Izumi				20:50 ~ 21:50 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) H.Hina		20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) H.Hina	20:50 ~ 21:50 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Aoi

Iolive インタナ上里店		【 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	9:00 ~ 10:00	営業時間外	10:30 ~ 11:30	
二の腕引き締めヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		背中美人ヨガ (60分)	特別レッスン (60分)		金身ととのう寝たままヨガ (60分)	
K.Yuri	S.Aoi		A.Izumi	K.Yuri		K.Yuri	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:25	10:45 ~ 11:45		12:15 ~ 13:00	
スタンダード 60 (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)		ディープブレスヨガ (70分)	晨活ヨガ ver.2 (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)	
M.Karina	K.Yuri		K.Yuri	K.Yuri		A.Izumi	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	12:30 ~ 13:30		14:00 ~ 15:00	
リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	
H.Hina	S.Aoi		A.Izumi	A.Izumi		S.Aoi	
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	14:15 ~ 15:15		営業時間外	
アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	晨活ヨガ ver.2 (60分)			SUMYOYOGA 四肢ヨガ (60分)			
S.Aoi	K.Yuri			A.Izumi			
17:30 ~ 18:30	営業時間外			営業時間外			営業時間外
はじめてのホットピラティス (60分)							
H.Hina							
営業時間外		17:00 ~ 18:00			17:30 ~ 18:30		
		肩コリラクセスヨガ (60分)			IoliveのWorkout MIX (60分)		
		M.Karina			H.Hina		
		19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15		
		セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		アドバンス 90 (会員権限定) (90分)	スタンダード 60 (60分)	
		S.Aoi	M.Karina		A.Izumi	A.Izumi	
20:50 ~ 21:50		20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50		20:50 ~ 21:50		
肩コリラクセスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				
M.Karina	H.Hina	M.Karina	M.Karina				