

loive アルプラザ小杉店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/14	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
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
スリムアッププレス (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)	花柳産スッキリヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)
Y.Izumi	O.Takako		O.Takako	T.Aoi	I.Karin		H.Mizuki
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)	loiveのWorkout MIX (60分)		全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)
O.Takako	O.Takako		T.Aoi	H.Rise	H.Rise		H.Rise
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		肩コリラクセスヨガ (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)
Y.Izumi	H.Rise		O.Takako	H.Mizuki	O.Takako		I.Karin
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
		はじめてのホットピラティス (60分)			アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
		H.Rise			O.Takako		
		17:30 ~ 18:30					
		エアロビヨガ (60分)					
		H.Rise					
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
特別レッスン(60分) Y.Izumi							
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
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)	全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分)				
I.Karin	H.Rise	H.Mizuki	T.Aoi				
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15		
エアロビヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	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)		loiveのWorkout MIX (60分)		
H.Rise	I.Karin	O.Takako	H.Rise		O.Takako		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
はじめてのホットピラティス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		
H.Rise	H.Rise	O.Takako	H.Rise		O.Takako		

loive アルプラザ小杉店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2026/08/14	更新	
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16	
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	
はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)	子宮温活ヨガ (60分)	
T.Aoi		I.Karin	H.Mizuki	Y.Izumi		Y.Izumi	Y.Izumi	
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)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	肩コリラクセスヨガ (60分)		アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	
O.Takako		H.Mizuki	H.Mizuki	O.Takako		O.Takako	Y.Izumi	
営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	営業時間外
		パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	スリムアッププレス (60分)		美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		
		Y.Izumi	O.Takako	Y.Izumi		Y.Izumi		
		営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外		
			loiveのWorkout MIX (60分)	子宮温活ヨガ (60分)				
			O.Takako	Y.Izumi				
			17:30 ~ 18:30	営業時間外				
		スタンダード60 (60分)						
		I.Karin						
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		スリムアッププレス (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)		背中美人ヨガ (60分)	花柳産スッキリヨガ (60分)	
Y.Izumi	Y.Izumi	Y.Izumi	H.Rise	T.Aoi				
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
免疫セラピーヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)	スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)				
H.Rise	Y.Izumi	O.Takako	I.Karin	H.Rise				
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
ピラティス ブートキャンプ (45分)	スタンダード60 (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分)				
Y.Izumi	H.Mizuki	Y.Izumi	H.Rise	T.Aoi				

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
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
	背中美人ヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	スリムアッププレス (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	エアロビヨガ (60分)	
	H.Rise	T.Aoi	Y.Izumi		H.Rise	H.Rise	
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
	免疫セラピーヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)	
	H.Rise	Y.Izumi	Y.Izumi		H.Mizuki	O.Takako	
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
	スタンダード 60 (60分)	子宮温ヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)		背中美人ヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	
	I.Karin	Y.Izumi	O.Takako		H.Rise	O.Takako	
	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 17:15		15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	アドベンス 90 (会員様限定) (90分)		スタンダード 60 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	
Y.Izumi		T.Aoi	H.Mizuki	H.Rise			
17:30 ~ 18:30		営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)			エアロビヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			
O.Takako			H.Rise	I.Karin			
17:30 ~ 18:30	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	
スタンダード 60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)					背中美人ヨガ (60分)	
H.Mizuki	T.Aoi					H.Rise	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15					19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
肩こりラックスヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)					スタンダード 60 (60分)	
T.Aoi	T.Aoi	H.Mizuki	H.Mizuki				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	21:00 ~ 22:00	
エアロビヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					免疫セラピーヨガ (60分)	
H.Rise	H.Mizuki					H.Rise	

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
お腹引き締めヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)		アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	
H.Rise	H.Rise	O.Takako		O.Takako	O.Takako	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		loiveのWorkout MIX (60分)	スタンダード 60 (60分)	
H.Rise	I.Karin	H.Rise		O.Takako	I.Karin	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (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)	
H.Mizuki	H.Rise	H.Rise		H.Mizuki	O.Takako	
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
	エアロビヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)				
	H.Rise	O.Takako				
	17:30 ~ 18:30					
	リンパデトックスヨガ (60分)					
	H.Mizuki					
	17:30 ~ 18:30					
	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)					
	O.Takako					
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
Sound Feel Yoga ver.2(60分)			エアロビヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		
O.Takako			T.Aoi	H.Rise		
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
スタンダード 60 (60分)			肩こりリラクセスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
H.Mizuki			T.Aoi	H.Mizuki		