

| love名古屋徳重                                |                                                 | 【 07/01 ~ 07/08 】                                |                                     | スケジュール                                               |                                     | 2026/06/30 | 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                                     |
|                                          |                                                 |                                                  |                                     | 8:30 ~ 10:00<br>アドハンス 90<br>(金員権限定) ( 90分)<br>S.Kana | 定休日                                 | 定休日        |                                       |
| 9:30 ~ 10:30                             | 9:30 ~ 10:30                                    | 9:30 ~ 10:30                                     | 9:30 ~ 10:30                        | 10:45 ~ 11:45                                        |                                     |            | 9:30 ~ 10:30                          |
| はじめてのパワーヨガ<br>(金員権限定) ( 60分)<br>A.Sakura | 肩コリラックスヨガ<br>( 60分)<br>S.Kana                   | 滝汗ダイエット<br>( 60分)<br>A.Sakura                    | 免疫セラピーヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi         | アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>( 60分)<br>K.Kotona      |                                     |            | スリムアッププレス<br>( 60分)<br>K.Mei          |
| 11:30 ~ 12:30                            | 11:30 ~ 12:30                                   | 11:30 ~ 12:30                                    | 11:30 ~ 12:30                       | 12:30 ~ 13:30                                        |                                     |            | 11:30 ~ 12:30                         |
| 背骨座術トレーニングヨガ<br>( 60分)<br>A.Sakura       | Sound Feel Yoga<br>ver.2 ( 60分)<br>S.Kana       | 眠れる体に整えるヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン                    | スタンダード 60<br>( 60分)<br>S.Haruna     | はじめてのホットピラティス<br>( 60分)<br>K.Kotona                  |                                     |            | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>( 60分)<br>スグリーン |
| 13:30 ~ 14:30                            | 13:30 ~ 14:30                                   | 13:30 ~ 14:30                                    | 13:30 ~ 14:15                       | 14:30 ~ 15:30                                        |                                     |            | 13:30 ~ 14:30                         |
| スタンダード 60<br>( 60分)<br>S.Haruna          | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>( 60分)<br>スグリーン           | アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>( 60分)<br>A.Sakura | ピラティス<br>ブートキャンプ<br>( 45分)<br>K.Aoi | 腸活ヨガ ver.2<br>( 60分)<br>S.Kana                       |                                     |            | 肩コリラックスヨガ<br>( 60分)<br>K.Mei          |
| 営業<br>時間<br>外                            | 営業<br>時間<br>外                                   | 営業<br>時間<br>外                                    | 15:30 ~ 16:30                       |                                                      |                                     |            | 営業<br>時間<br>外                         |
|                                          |                                                 |                                                  | セルトル美脚ヨガ<br>( 60分)                  |                                                      |                                     |            |                                       |
|                                          |                                                 |                                                  | スグリーン                               |                                                      |                                     |            |                                       |
|                                          |                                                 |                                                  | 17:30 ~ 18:30                       |                                                      |                                     |            |                                       |
|                                          |                                                 |                                                  | リンパデトックスヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi       |                                                      |                                     |            |                                       |
| 17:00 ~ 18:00                            | 17:00 ~ 18:00                                   | 17:00 ~ 18:00                                    |                                     |                                                      | 17:00 ~ 18:00                       |            |                                       |
| 眠れる体に整えるヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン            | アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>( 60分)<br>A.Sakura | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>( 60分)<br>Y.Nanako        |                                     |                                                      | はじめてのホットピラティス<br>( 60分)<br>K.Kotona |            |                                       |
| 19:00 ~ 20:00                            | 19:00 ~ 20:00                                   | 19:00 ~ 20:00                                    |                                     |                                                      | 19:00 ~ 20:00                       |            |                                       |
| 全身ととのう<br>衰たまんまヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi     | はじめてのパワーヨガ<br>(金員権限定) ( 60分)<br>A.Sakura        | スタンダード 60<br>( 60分)<br>K.Mei                     |                                     |                                                      | セルトル美脚ヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン         |            |                                       |
| 21:00 ~ 21:45                            | 21:00 ~ 22:00                                   | 21:00 ~ 22:00                                    |                                     |                                                      | 21:00 ~ 22:00                       |            |                                       |
| ピラティス<br>ブートキャンプ<br>( 45分)<br>K.Aoi      | ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン          | セルトル美脚ヨガ<br>( 60分)<br>Y.Nanako                   |                                     |                                                      | リンパデトックスヨガ<br>( 60分)<br>K.Kotona    |            |                                       |

| love名古屋徳重                                                  |                                                         | 【 07/09 ~ 07/16 】                                                 |                                                        | スケジュール |                                                       | 2026/06/30                                                       | 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                                                     |
| 9:20 ~ 9:30<br>【アサナ解説】ダウンドック<br>K.Kotona                   |                                                         | 8:30 ~ 9:30<br>はじめてのパワーヨガ<br>(金員権限定) ( 60分)<br>A.Sakura           | 9:20 ~ 9:30<br>【アサナ解説】マリチのポーズ<br>I.Sena                | 定休日    |                                                       | 9:20 ~ 9:30<br>【アサナ解説】コブラのポーズ<br>S.Kana                          |                                                       |
| 9:30 ~ 10:30<br>はじめてのホットピラティス<br>( 60分)<br>K.Kotona        | 9:30 ~ 10:30<br>IolveのWorkout MIX<br>( 60分)<br>K.Aoi    | 10:20 ~ 10:30<br>【アサナ解説】英雄 1のポーズ<br>K.Mei                         | 9:30 ~ 10:30<br>スタンダード 60<br>( 60分)<br>I.Sena          |        | 9:30 ~ 10:30<br>二の腕引き締めヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン          | 9:30 ~ 10:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>( 60分)<br>S.Kana                   | 9:30 ~ 10:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>( 60分)<br>スグリーン |
| 11:30 ~ 12:30<br>スタンダード 60<br>( 60分)<br>K.Kotona           | 11:30 ~ 12:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン | 10:30 ~ 11:30<br>肩コリラックスヨガ<br>( 60分)<br>K.Mei                     | 11:30 ~ 12:30<br>IolveのWorkout MIX<br>( 60分)<br>K.Aoi  |        | 11:30 ~ 12:30<br>リンパデトックスヨガ<br>( 60分)<br>S.Haruna     | 11:30 ~ 12:30<br>はじめてのホットピラティス<br>( 60分)<br>S.Kana               | 11:30 ~ 12:30<br>全身ととのう<br>衰たまんまヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi |
| 13:30 ~ 14:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン               | 13:30 ~ 14:30<br>全身ととのう<br>衰たまんまヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi   | 12:30 ~ 13:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>( 60分)<br>A.Sakura | 13:30 ~ 14:30<br>リンパデトックスヨガ<br>( 60分)<br>I.Sena        |        | 13:30 ~ 14:30<br>スタンダード 60<br>( 60分)<br>S.Haruna      | 13:30 ~ 15:00<br>EX/パワーヨガ<br>(金員権限定) ( 90分)<br>W.Nanami          | 13:20 ~ 13:30<br>【アサナ解説】ダウンドック<br>K.Kotona            |
| 営業<br>時間<br>外                                              | 営業<br>時間<br>外                                           | 14:30 ~ 15:30<br>スリムアッププレス<br>( 60分)<br>K.Mei                     | 15:30 ~ 16:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>( 60分)<br>スグリーン |        | 営業<br>時間<br>外                                         | 営業<br>時間<br>外                                                    | 13:30 ~ 14:30<br>リンパデトックスヨガ<br>( 60分)<br>K.Kotona     |
|                                                            |                                                         | 17:00 ~ 18:00<br>肩コリラックスヨガ<br>( 60分)<br>S.Kana                    | 16:30 ~ 17:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン         |        |                                                       |                                                                  |                                                       |
|                                                            |                                                         | 18:50 ~ 19:00<br>【アサナ解説】コブラのポーズ<br>S.Kana                         |                                                        |        |                                                       |                                                                  | 17:00 ~ 18:00<br>スタンダード 60<br>( 60分)<br>K.Kotona      |
|                                                            |                                                         |                                                                   |                                                        |        |                                                       |                                                                  | 17:00 ~ 18:00<br>スタンダード 60<br>( 60分)<br>K.Kotona      |
| 19:00 ~ 20:00<br>腸活ヨガ ver.2<br>( 60分)<br>S.Kana            | 19:00 ~ 19:45<br>ピラティス<br>ブートキャンプ<br>( 45分)<br>S.Kana   |                                                                   |                                                        |        | 19:00 ~ 20:00<br>全身ととのう<br>衰たまんまヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi | 19:00 ~ 20:00<br>二の腕引き締めヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン                    | 19:00 ~ 20:00<br>免疫セラピーヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi          |
| 21:00 ~ 22:00<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 ( 60分)<br>S.Kana | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード 60<br>( 60分)<br>S.Haruna        |                                                                   |                                                        |        | 21:00 ~ 22:00<br>背中美人ヨガ<br>( 60分)<br>K.Aoi            | 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>( 60分)<br>K.Kotona | 21:00 ~ 22:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>( 60分)<br>スグリーン          |

| Iolove名古屋徳重                                           |                                                        | 【 07/17 ~ 07/24 】                                          |       | スケジュール |                                                         | 2026/06/30 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                                             |
|                                                       | 9:30 ~ 10:30<br>スタンダード 60 (60分)<br>E.Airi              | 8:30 ~ 9:30<br>はじめてのホットピラティス (60分)<br>K.Kotona             | 定休日   | 定休日    |                                                         |                                                           |                                               |
| 9:30 ~ 10:30<br>Sound Feel Yoga ver.2 (60分)<br>S.Kana | 11:30 ~ 12:30<br>はじめてのパワーヨガ (会員様限定) ( 60分)<br>A.Sakura | 10:20 ~ 10:30<br>【アサナ解説】英雄 1のポーズ<br>S.Haruna               |       |        | 9:30 ~ 10:30<br>IoloveのWorkout MIX (60分)<br>K.Aoi       | 9:30 ~ 10:30<br>眠れる体に変えるヨガ (60分)<br>A.Sakura              | 9:30 ~ 10:15<br>ピラティス フットキャンプ (45分)<br>S.Kana |
| 11:30 ~ 12:30<br>腸活ヨガ ver.2 (60分)<br>S.Kana           | 13:20 ~ 13:30<br>【アサナ解説】コブラのポーズ<br>A.Sakura            | 10:30 ~ 11:30<br>リンパデトックスヨガ (60分)<br>S.Haruna              |       |        | 11:20 ~ 11:30<br>【アサナ解説】英雄 1のポーズ<br>K.Mei               | 11:30 ~ 12:30<br>アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)<br>A.Sakura | 11:30 ~ 12:30<br>セルトル美脚ヨガ (60分)<br>スグリーン      |
| 13:30 ~ 14:30<br>みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)<br>スグリーン        | 13:30 ~ 14:30<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>A.Sakura        | 12:30 ~ 13:30<br>スタンダード 60 (60分)<br>S.Haruna               |       |        | 11:30 ~ 12:30<br>みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)<br>K.Mei          | 13:30 ~ 14:30<br>特別レッスン ( 60分)<br>A.Sakura                | 13:30 ~ 14:30<br>腸活ヨガ ver.2 (60分)<br>S.Kana   |
|                                                       | 15:30 ~ 16:30<br>スタンダード 60 (60分)<br>E.Airi             | 14:30 ~ 15:30<br>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)<br>K.Kotona |       |        | 13:30 ~ 14:30<br>肩コリラックスヨガ (60分)<br>K.Mei               | 営業時間外                                                     | 営業時間外                                         |
| 17:00 ~ 18:00<br>スタンダード 60 (60分)<br>S.Haruna          | 17:30 ~ 18:30<br>みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)<br>スグリーン         |                                                            |       |        |                                                         |                                                           |                                               |
| 19:00 ~ 20:00<br>IoloveのWorkout MIX (60分)<br>K.Aoi    |                                                        |                                                            |       |        |                                                         |                                                           |                                               |
| 20:50 ~ 21:00<br>【アサナ解説】マリチのポーズ<br>S.Haruna           |                                                        |                                                            |       |        | 18:30 ~ 20:00<br>アドバンス 90 (会員様限定) ( 90分)<br>S.Kana      | 19:00 ~ 20:00<br>みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)<br>K.Mei            | 19:00 ~ 20:00<br>リンパデトックスヨガ (60分)<br>S.Haruna |
| 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ (60分)<br>S.Haruna         |                                                        |                                                            |       |        | 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)<br>S.Kana | 21:00 ~ 22:00<br>スリムアッププレス (60分)<br>K.Mei                 | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード 60 (60分)<br>S.Haruna  |

| Iolove名古屋徳重                                                      |                                                                 | 【 07/25 ~ 07/31 】 |                                                        | スケジュール                                                           |                                                                 | 2026/06/30                                                      | 更新                                                    |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 07/25                                                            | 07/26                                                           | 07/27             | 07/28                                                  | 07/29                                                            | 07/30                                                           | 07/31                                                           |                                                       |
| 土                                                                | 日                                                               | 月                 | 火                                                      | 水                                                                | 木                                                               | 金                                                               |                                                       |
| 8:30 ~ 9:30<br>肩コリラックスヨガ<br>(60分)<br>K.Mei                       |                                                                 | 定休日               |                                                        |                                                                  |                                                                 |                                                                 |                                                       |
| 10:30 ~ 11:30<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>K.Mei                     | 9:30 ~ 10:30<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)<br>S.Kana         |                   | 9:30 ~ 10:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>K.Mei             | 9:30 ~ 10:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>S.Haruna                  | 9:30 ~ 10:30<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>K.Mei                     | 9:30 ~ 10:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>スグリーン                    |                                                       |
| 12:30 ~ 13:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>スグリーン           | 11:30 ~ 12:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>A.Sakura |                   | 11:30 ~ 12:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>K.Mei  | 11:30 ~ 12:30<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>H.Rin                        | 11:30 ~ 12:30<br>肩コリラックスヨガ<br>(60分)<br>K.Mei                    | 11:30 ~ 12:30<br>スタンダード 60<br>(60分)<br>K.Kotona                 |                                                       |
| 14:30 ~ 15:30<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>K.Kotona              | 13:30 ~ 14:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>A.Sakura                |                   | 13:30 ~ 14:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>スグリーン | 13:30 ~ 14:30<br>スタンダード 60<br>(60分)<br>S.Haruna                  | 13:30 ~ 14:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>スグリーン           | 13:30 ~ 14:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>K.Kotona |                                                       |
| 16:30 ~ 17:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>K.Kotona | 15:30 ~ 16:30<br>もも原ヨガティス<br>(60分)<br>S.Kana                    |                   | 営業時間外                                                  | 営業時間外                                                            | 営業時間外                                                           | 営業時間外                                                           |                                                       |
|                                                                  |                                                                 |                   |                                                        |                                                                  |                                                                 |                                                                 |                                                       |
|                                                                  |                                                                 |                   |                                                        |                                                                  |                                                                 |                                                                 |                                                       |
|                                                                  |                                                                 |                   |                                                        | 17:00 ~ 18:00<br>二の腕引き締めヨガ<br>(60分)<br>スグリーン                     | 17:00 ~ 18:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>K.Kotona | 17:00 ~ 18:00<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>K.Aoi                       | 17:00 ~ 18:00<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>K.Aoi           |
|                                                                  |                                                                 |                   |                                                        | 19:00 ~ 20:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>K.Kotona                 | 19:00 ~ 20:00<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>K.Kotona             | 19:00 ~ 20:00<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>スグリーン                   | 19:00 ~ 20:00<br>IoloveのWorkout MIX<br>(60分)<br>K.Aoi |
|                                                                  |                                                                 |                   |                                                        | 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>K.Kotona | 21:00 ~ 22:00<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>スグリーン                   | 21:00 ~ 22:00<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>(60分)<br>K.Aoi            | 21:00 ~ 22:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>スグリーン |