

Iolive 自由が丘店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2025/08/19		更新	
09/09 火	09/10 水	09/11 木	09/12 金	09/13 土	09/14 日	09/15 月	09/16 火		
10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩島	10:30 ~ 11:30 ととのえてゆがみとり (60分) 齊藤		10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 清水	10:30 ~ 11:30 原コリラックスヨガ (60分) 齊藤	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 星月	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 清水		
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 藤田	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 岩島		12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガティス (60分) 岩島	12:15 ~ 13:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 齊藤	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星月		12:15 ~ 13:15 奥ボディフロー ピラティス (60分) 齊藤		
14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 藤田	14:00 ~ 15:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 齊藤		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 岩島	14:00 ~ 15:30 アドヒンス60 (会員様限定) (90分) 岩島		14:00 ~ 15:00 花柳産スッキリヨガ (60分) 齊藤		
				15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 清水	16:15 ~ 17:15 もも尻ヨガティス (60分) 岩島				
17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) 清水		17:30 ~ 18:30 ととのえてゆがみとり (60分) 齊藤	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 岩島	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 岩島			17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 星月		
19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) 星月	19:15 ~ 20:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 齊藤	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星月				19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 岩島		
21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 星月	21:00 ~ 22:00 圖トレビューティー ヨガ(60分) 星月	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星月	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 星月				21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 星月		

2025/08/19 更新

Iolive 自由が丘店		【 】 09/25 ~ 09/30		スケジュール		2025/08/19 更新	
09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30		
木	金	土	日	月	火		
	10:30 ~ 12:00 アド/ンス90 (会員様限定) (90分) 岩島	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩島	10:30 ~ 11:30 麗活ヨガ ver.2 (60分) 星月	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 清水		
	12:45 ~ 13:45 お腹引き締めヨガ (60分) 星月	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 清水	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 星月		12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) 齊藤		
	14:30 ~ 15:30 圖トレビューティー ヨガ(60分) 星月	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 清水	14:00 ~ 15:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 齊藤		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 清水		
		15:45 ~ 16:45 免歳セラピーヨガ (60分) 岩島	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 清水				
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 清水	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩島	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 星月			17:30 ~ 18:30 花初歳スクリヨガ (60分) 齊藤		
19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩島	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 清水				19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 星月		
21:00 ~ 22:00 免歳セラピーヨガ (60分) 岩島	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 岩島				21:00 ~ 22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 岩島		