

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 背中美人ヨガ (60分) 田宮	定休日	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 田宮	営業時間外	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 山本	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 山本
12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 山本		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 生長	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 生長		12:15 ~ 13:15 花粉産スッキリヨガ (60分) 山本	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 田宮	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 生長
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 田宮		14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井	14:00 ~ 15:30 FIRE (90分) 山本		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 田宮	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	14:00 ~ 14:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 山本
15:45 ~ 16:45 滝汗ダイエット (60分) 山本		15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 田宮			15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 田宮	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 田宮	15:45 ~ 16:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長
		17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 生長	17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分) 藤井		17:20 ~ 17:30 <ピラティス> レッスン前10分ポーズ解説 生長	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (金員権限定) (60分) 生長
		19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 新藤	19:15 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 生長		19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 生長	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮
		21:00 ~ 22:00 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 新藤	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井		21:00 ~ 22:00 エアロヨガ (60分) 山本	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 藤井	

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 田宮	10:30 ~ 11:30 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 新藤	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (金員権限定) (60分) 生長	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 田宮	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 田宮	定休日
	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮	12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) 山本		12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 山本	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 藤井	
	14:00 ~ 15:00 美ボディフローピラティス (60分) 山本	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮		14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 田宮	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮	
		15:45 ~ 16:45 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 山本		15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 田宮	15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 藤井	
		17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 新藤		17:30 ~ 18:30 Movie Heroine Yoga (45分) 山本	17:30 ~ 19:00 FIRE (90分) 山本		
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 藤井	17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 山本			
	19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) 山本	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 田宮		19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエット (60分) 山本			
	21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) 藤井	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (金員権限定) (60分) 生長		21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井			

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 肩こりリリースヨガ (60分) 山本	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 山本	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 赤崎	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 生長	定休日	10:20 ~ 10:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 生長	
12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 山本	12:05 ~ 12:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 生長	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 生長
14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 山本	14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) 山本		14:00 ~ 15:00 滝汗ダイエット (60分) 山本	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 生長	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 藤井	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 藤井
営業時間外	営業時間外		営業時間外	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 赤崎	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 生長		14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長
17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) 田宮	19:15 ~ 20:15 セトルル美脚ヨガ (60分) 生長		17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 赤崎	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 田宮	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 田宮		17:30 ~ 18:30 花粉産スッキリヨガ (60分) 山本	17:30 ~ 18:30 花粉産スッキリヨガ (60分) 山本
19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	20:50 ~ 21:00 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 生長		19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 藤井	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長	17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長		19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 藤井
21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 田宮	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 生長		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 赤崎	21:00 ~ 22:00 セトルル美脚ヨガ (60分) 生長			21:00 ~ 21:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 山本	21:00 ~ 21:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 山本

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 藤井	営業時間外	10:30 ~ 11:30 美ボディフローピラティス (60分) 山本	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮	
12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮		12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 田宮	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 田宮	
営業時間外		14:00 ~ 15:00 花粉産スッキリヨガ (60分) 山本	14:00 ~ 15:00 滝汗ダイエット (60分) 山本	
17:30 ~ 18:30 滝汗ダイエット (60分) 山本		15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 藤井	
19:05 ~ 19:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 生長		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 田宮	17:30 ~ 18:30 セトルル美脚ヨガ (60分) 生長	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIT (45分) 生長
19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 生長		19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 藤井	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長	
21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 生長		21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 田宮	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 田宮	

lolveのワークショップ・講座一覧



各講座はWEBサイトより
お申込みいただけます。



ダイエットアドバイザー資格習得講座
開催日：2026年1月24日(土)・25日(日) 9:00-12:00
2月15日(日)・22日(日) 13:00-16:00 全4回
受講金額：43,000円(税込)
申込締切：2026年1月18日(日)

内容：ダイエットに必要な基礎知識からカウンセリング方法まで、自分のためには勿論、
ダイエットアドバイザーとして、誰かのために活かせるスキルを総合的に学ぶ講座です。



もっと活かせる！ヨガ哲学から学ぶ暮らしの知恵
開催日：2026年1月25日(日)・2月1日(日) 13:00-16:00
受講金額：30,000円(税込)
申込締切：2026年1月19日(月)

内容：ヨガの哲学をわかりやすく日常に結びつけ、「どう生きるか」「どう整えるか」を
学びます。身近な生活に取り入れやすいヒントが得られる講座です。



もっと簡単に！解る、出来る瞑想講座
開催日：2026年3月1日(日)・8日(日) 13:00-16:00
受講金額：30,000円(税込)
申込締切：2026年2月23日(月)

内容：瞑想の理論をやさしく学び、生活に取り入れやすい実践方法を体験。集中力や
睡眠の質を高めるサポート、ストレスに振り回されにくい心を育む助けが期待できます。



マタニティヨガ オンラインワークショップ
開催日：2026年2月7日(土)10:00~14:00
受講金額：12,000円(税込)
申込締切：2026年2月5日(木)

内容：「どこまで動いて大丈夫？」「このポーズは安全？」そんな不安や疑問を、
理論×体感の両面からやさしく紐解くワークショップです。妊婦さんご本人も、
指導者の方も一緒に、"安心して動ける身体の理解"と"安全に導くための知識"を学びます。



シニアヨガ&チェアヨガ 指導者養成講座開催
開催日：2月10日(火)・16日(月)・18日(水)・20日(金)19:00-22:00 全4回
受講金額：59,000円(税込) → **【2026年1月31日(土)×切り】早割50,150円(税込)**
申込締切：2026年2月5日(木)

内容：ヨガ・フィットネス指導者はもちろん、介護・福祉分野の方、
ご家族の健康づくりを支えたい一般の方まで、幅広くご参加いただける講座です。



「マットピラティス健康サポート資格講座」～生涯にわたって自分の足で歩く力を育む～
開催日：3月6日(金)・10日(火)・17日(火)・24日(火)19:00-22:00 全4回
受講金額：59,000円(税込) → **【2026年2月23日(月)×切り】早割50,150円(税込)**
申込締切：2026年3月4日(水)

内容：医療・福祉・リハビリ・運動指導に関わる方はもちろん、
家族や自身の健康を守りたい方まで、幅広く学べる実践型プログラムです。