

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	定休日	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村	営業時間外	10:30 ~ 12:00 アド/ンス90 (会員権限定) (90分) 西畑	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 野村
12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中村	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 西畑		12:30 ~ 13:30 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 野村
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村		14:00 ~ 15:30 FIRE (90分) 児玉	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 野村		14:15 ~ 15:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 伊東
15:45 ~ 16:45 滝汗ダイエット (60分) 伊東		16:45 ~ 17:45 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 中村		16:45 ~ 17:45 滝汗ダイエット (60分) 伊東	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) 野村	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東
営業時間外		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村	18:30 ~ 19:30 エアロビヨガ (60分) 伊東		18:30 ~ 19:30 はじめてのホットピラティス (60分) 野村	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村	営業時間外
		20:15 ~ 21:15 滝汗ダイエット (60分) 伊東	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 中村		20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	20:15 ~ 21:00 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 西畑	営業時間外	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	定休日
	12:15 ~ 13:15 肩こりラックスヨガ (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 西畑		12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 野村	12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガティス (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中村	
	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 野村	
	16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	16:45 ~ 17:45 はじめてのホットピラティス (60分) 野村		16:45 ~ 17:45 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	15:45 ~ 16:45 エアロビヨガ (60分) 伊東	
	18:30 ~ 19:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村		18:30 ~ 19:15 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	18:15 ~ 19:45 アド/ンス90 (会員権限定) (90分) 西畑	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	
	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 中村	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		20:15 ~ 21:15 エアロビヨガ (60分) 伊東	20:15 ~ 21:15 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	営業時間外	

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	定休日	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑
12:15 ~ 13:15 もも原ヨガティス (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 伊東	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村
14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 西畑	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村		14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村		14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑
営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 中村	15:45 ~ 16:45 エアロピヨガ (60分) 伊東	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) 野村		営業時間外
16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 中村	16:45 ~ 17:45 はじめてのホットピラティス (60分) 野村		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中村	営業時間外		16:45 ~ 17:45 青巻矯正ヨガ (60分) 野村
18:30 ~ 19:30 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	18:30 ~ 19:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑		18:30 ~ 19:30 エアロピヨガ (60分) 伊東	営業時間外	営業時間外		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村
20:15 ~ 21:15 地汗ダイエット (60分) 伊東	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 中村		20:15 ~ 21:15 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	営業時間外	営業時間外		20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 肩こりリラックスヨガ (60分) 西畑	営業時間外	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	定休日	10:30 ~ 11:30 もも原ヨガティス (60分) 西畑
12:15 ~ 13:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 青巻矯正ヨガ (60分) 野村	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 野村		12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑
営業時間外		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畑		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村
16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 中村	15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑		16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村
18:30 ~ 19:30 はじめてのホットピラティス (60分) 野村		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 藤山	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 野村	営業時間外		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村
20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 中村		20:15 ~ 21:15 はじめてのホットピラティス (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	営業時間外		20:15 ~ 21:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村

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。



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。



「ロイのヨガ道場」★各会場12～15名限定

開催日：2026年2月～3月

開催会場：東京・茨城・福岡・富山・北海道・岐阜・広島・愛知・大阪・長野・香川

受講金額：12,000円(税込)

内容：全国各地の特別な”道場”でヨガに没頭する、短時間集中型リトリート。
普段のレッスンの中で、「これ位置で合ってるのかな?」「この感覚で合ってるのかな?」
と感じたことはありませんか?少人数制リトリートで、アシスト・アジャストを通して、
ご自身の身体に効かせるためのポイントを丁寧にお伝えいたします。

ヨガを始めたばかりの方も、長く練習を続けてきた方も、
いつもと違う空間で、とことんヨガに没頭してみませんか?