

100

營業時間外

更新

定休日

定休日

lo!ve ゆめかん光の森店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/14	更新								
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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 12:00	
リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)		肩コリリラックスヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)				アド・ヘンス90 (会員様限定) (90分)	
眞島		福井		平川		榎本		福井		岩成				岩成	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		11:50 ~ 12:00		12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15		12:30 ~ 13:30	
スタンダード60 (60分)		子宮温活ヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説		リンパデトックスヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)	
福井		岩成		平川		榎本		眞島		岩成				福井	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		12:00 ~ 13:00		13:45 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00				14:00 ~ 15:00	
お腹引き締めヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		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)		スタンダード60 (60分)				アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	
福井		岩成		眞島		榎本		福井		福井				岩成	
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 15:45		13:30 ~ 14:30		15:30 ~ 16:30		15:45 ~ 16:45				15:30 ~ 16:30	
子宮温活ヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)		ピラティス ブートキャンプ (45分)		スタンダード60 (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		肩コリリラックスヨガ (60分)				滝汗ダイエット (60分)	
岩成		福井		榎本		眞島		岩成		平川				榎本	
営業時間外		営業時間外		営業時間外		15:00 ~ 16:00		17:15 ~ 18:15		営業時間外		営業時間外		営業時間外	
						骨盤矯正ヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)							
						榎本		岩成							
				17:50 ~ 18:00		営業時間外		19:00 ~ 20:00							
				(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説				スタンダード60 (60分)							
				榎本				眞島							
17:30 ~ 18:30		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		営業時間外		営業時間外		営業時間外		18:00 ~ 19:00	
リンパデトックスヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)		スタンダード60 (60分)								背中美人ヨガ (60分)	
眞島		平川		榎本		平川								榎本	
19:00 ~ 20:00		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		スタンダード60 (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)								骨盤矯正ヨガ (60分)	
岩成		平川		岩成		福井								榎本	
20:30 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00	
アド・ヘンス90 (会員様限定) (90分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)								スタンダード60 (60分)	
岩成		岩成		榎本		福井								眞島	

lo!ve ゆめかん光の森店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール		2026/01/14		更新	
02/25		02/26		02/27		02/28			
水		木		金		土			
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30			
滝汗ダイエット* (60分)		スタンダード 60 (60分)		子宮温活ヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)			
榎本		眞島		岩成		平川			
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15			
全身ととのう寝たまんまヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		もも尻ヨガティス (60分)			
榎本		平川		眞島		榎本			
営業時間外	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:45 ~ 14:45				
	セルトル美脚ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)				
	平川		眞島		平川				
	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:30		15:30 ~ 16:15				
	全身ととのう寝たまんまヨガ (60分)		アドヘンス 90 (会員様限定) (90分)		Movie Heroine Yoga (45分)				
	榎本		岩成		榎本				
	営業時間外		営業時間外		17:15 ~ 18:15				
					眠れる体に整えるヨガ (60分)				
					岩成				
					19:00 ~ 20:00				
背中美人ヨガ (60分)									
榎本									
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				営業時間外	
オトナのためのオールインワンヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)					
福井		榎本		平川					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)					
岩成		福井		眞島					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
子宮温活ヨガ (60分)		滝汗ダイエット* (60分)		肩コリリラックスヨガ (60分)					
岩成		榎本		平川					

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。