

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 ポールでゆるめてゆがみどりヨガ (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 もも原ヨガティス (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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畑	14:00 ~ 15:00 エアロヨガ (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	17:30 ~ 18:30 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 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	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 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	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 もも原ヨガティス (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 ~ 15:00 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	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 エアロヨガ (60分) 伊東	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	16:30 ~ 17:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	15:45 ~ 16:45 滝汗ダイエット (60分) 伊東		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 中村
	18:30 ~ 19:30 肩コリラックスヨガ (60分) 西畑	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		営業時間外
	20:15 ~ 21:15 もも原ヨガティス (60分) 西畑	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		20:15 ~ 21:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 西畑	20:15 ~ 21:15 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東			

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 青豊矯正ヨガ (60分) 野村	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中村	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 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	14:00 ~ 15:00 もも原ヨガティス (60分) 西畑	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 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	15:45 ~ 16:45 エアロヨガ (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
			17:30 ~ 18:30 エアロヨガ (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 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			
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 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑		18:30 ~ 19:30 エアロヨガ (60分) 伊東	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村			
20:15 ~ 21:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 中村		20:15 ~ 21:15 リンパティックヨガ (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 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 青豊矯正ヨガ (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
		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 中村	15:45 ~ 16:45 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	営業時間外		16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村
		17:30 ~ 18:30 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			18:30 ~ 19:30 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	16:45 ~ 17:45 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
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	18:30 ~ 19:30 青豊矯正ヨガ (60分) 野村	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村		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	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		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。



## 「ロイブのヨガ道場」★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?