



love イオンモール高松店		02/17 ~ 02/24		スケジュール				2026/01/14			
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	火			
火		水		木		金		土			
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:30			
はじめてのパワーヨガ (金員様限定)(60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)		免疫セラピーヨガ (60分)			
松原		高木		松原		伊藤		梅原			
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15			
スタンダード 60 (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)		リンパデトックスヨガ (60分)		まるみる変わる 変貌ビラティス (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)			
高木		伊藤		高木		伊藤		竹内			
14:00 ~ 15:00		営業時間外	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00		
青中大人ヨガ (60分)			美ボディフロー ビラティス (60分)		肩コリラックスヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		青中大人ヨガ (60分)		
松原			松原		竹内		竹内		梅原		
営業時間外			営業時間外		15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45		営業時間外		
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30			
スタンダード 60 (60分)		はじめてのパワーヨガ (金員様限定)(60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)		エアロピヨガ (60分)			
高木		茂手木		竹内		伊藤		竹内			
19:05 ~ 20:05		19:05 ~ 20:05		19:05 ~ 20:05		19:05 ~ 20:05		19:05 ~ 20:05			
肩コリラックスヨガ (60分)		まるみる変わる 変貌ビラティス (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		泡汗(イカリガ)		お腹引き締めヨガ (60分)			
竹内		伊藤		山崎		伊藤		梅原			
20:40 ~ 21:40		20:40 ~ 21:40		20:40 ~ 21:40		20:40 ~ 21:40		20:40 ~ 21:40			
お腹引き締めヨガ (60分)		全身とのう 軽たまんまヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		20:40 ~ 21:40			
竹内		茂手木		山崎		高木		20:40 ~ 21:40			

【 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			
スタンダード60 (60分)		達汗ダイヤモンド (60分)	スタンダード60 (60分)			
高木		伊藤	高木			
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
エアロピヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	二の脚引き締めヨガ (60分)			
竹内		伊藤	竹内			
14:00 ~ 15:00		13:50 ~ 14:00	14:00 ~ 15:00			
リンパデトックスヨガ (60分)		《ピラティス》 レッスン前10分ポーズ解説	免疫セラピーヨガ (60分)			
高木		後藤	伊藤			
		14:00 ~ 15:00	15:45 ~ 16:45			
		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)			
		後藤	竹内			
		17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
		Movie Heroine Yoga (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	スタンダード60 (60分)		
		伊藤	竹内	高木		
19:05 ~ 20:05	19:05 ~ 20:05	19:05 ~ 20:05				
免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)				
伊藤	高木	竹内				
20:40 ~ 21:40	20:40 ~ 21:40	20:40 ~ 21:40				
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	まるまる変わる 美脚ピラティス (60分)	子宮温活ヨガ (60分)				
竹内	伊藤	後藤				

# 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)〆切り】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)〆切り】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。