

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 お腹引き締めヨガ (60分) 竹内	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 高木	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 伊藤	営業時間外	10:30 ~ 11:30 肩こりリラックスヨガ (60分) 竹内	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 竹内	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 竹内		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 浅手木	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 高木		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 伊藤	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 船田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 高木	
14:00 ~ 15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 伊藤		14:00 ~ 15:00 金身とのお腹たんまヨガ (60分) 浅手木	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 高木		14:00 ~ 15:00 流汗ダイエット (60分) 伊藤	14:00 ~ 15:00 流汗ダイエット (60分) 伊藤	14:00 ~ 15:00 美ボディフローピラティス (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 船田
15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 伊藤		営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 伊藤	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 高木	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 高木	15:45 ~ 16:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) 船田
		17:30 ~ 18:30 流汗ダイエット (60分) 伊藤	営業時間外		19:05 ~ 20:05 リンパデトックスヨガ (60分) 伊藤	19:05 ~ 20:05 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 梅原	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 船田	
		19:05 ~ 20:05 リンパデトックスヨガ (60分) 伊藤	19:05 ~ 20:05 エアロピヨガ (60分) 竹内		19:05 ~ 20:05 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 梅原	19:05 ~ 19:50 ピラティス フードキヤンパ (45分) 竹内		
		20:40 ~ 21:40 スタンダード60 (60分) 高木	20:40 ~ 21:40 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 伊藤		20:40 ~ 21:40 二の腕引き締めヨガ (60分) 梅原	20:40 ~ 21:40 リンパデトックスヨガ (60分) 高木		

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 流汗ダイエット (60分) 伊藤	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 高木	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 松原	10:30 ~ 11:30 肩こりリラックスヨガ (60分) 竹内	定休日
	12:15 ~ 13:15 肩こりリラックスヨガ (60分) 竹内	12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 伊藤		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 竹内	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 伊藤	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 竹内	
	14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 伊藤	営業時間外		14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 松原	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 伊藤	
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 高木	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 竹内		17:30 ~ 18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 大西	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 伊藤	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 高木	
	19:05 ~ 20:05 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 竹内	19:05 ~ 20:05 免疫セラピーヨガ (60分) 伊藤		19:05 ~ 20:05 スタンダード60 (60分) 高木	19:05 ~ 19:50 Movie Heroine Yoga (45分) 伊藤		
	20:40 ~ 21:40 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	20:40 ~ 21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 竹内		20:40 ~ 21:40 エアロピヨガ (60分) 大西	20:40 ~ 21:40 スタンダード60 (60分) 高木		

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) 高木	10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) 大西	営業時間外	10:30 ~ 11:15 ピラティス フードキッキング (45分) 竹内	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 竹内	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	定休日	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 伊藤
12:15 ~ 13:15 肩活ヨガ ver.2 (60分) 織田	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 伊藤		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 竹内	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 高木		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 伊藤
14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (金具制限定) (60分) 織田	14:00 ~ 15:00 滝汗ダイエット (60分) 伊藤		14:00 ~ 15:00 肩コリリラックスヨガ (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 伊藤		14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 竹内
営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 伊藤	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 高木	15:45 ~ 16:45 滝汗ダイエット (60分) 伊藤		営業時間外
17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 伊藤	営業時間外		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 竹内	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 伊藤	17:30 ~ 18:30 滝汗ダイエット (60分) 伊藤		17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 梅原
19:05 ~ 20:05 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	19:05 ~ 20:05 スタンダード60 (60分) 高木		19:05 ~ 20:05 美ボディフロー ピラティス (60分) 竹内				19:05 ~ 20:05 肩コリリラックスヨガ (60分) 竹内
20:40 ~ 21:40 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 伊藤	20:40 ~ 21:40 お腹引き締めヨガ (60分) 大西		20:40 ~ 21:40 スタンダード60 (60分) 高木				20:40 ~ 21:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 梅原

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 スタンダード60 (60分) 高木	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 竹内	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 梅原	定休日	10:30 ~ 11:30 肩コリリラックスヨガ (60分) 竹内	
12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) 伊藤		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 伊藤	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 高木	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 高木		12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) 伊藤	
営業時間外		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 高木	14:00 ~ 15:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 高木		14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 伊藤	
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 高木		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 竹内	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 伊藤		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高木	
19:05 ~ 20:05 エアロピヨガ (60分) 竹内		19:05 ~ 20:05 全身とどう 繋がったまなまヨガ (60分) 渡手木	19:05 ~ 19:50 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 伊藤				19:05 ~ 20:05 美ボディフロー ピラティス (60分) 竹内
20:40 ~ 21:40 リンパデトックスヨガ (60分) 高木		20:40 ~ 21:40 パワーヨガ Advance (金具制限定) (60分) 渡手木	20:40 ~ 21:40 肩コリリラックスヨガ (60分) 竹内				20:40 ~ 21:40 スタンダード60 (60分) 高木

# 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?