

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 野村	定休日	10:30 ~ 11:30 青盤矯正ヨガ (60分) 野村	10:30 ~ 11:30 もも原ヨガティス (60分) 西畑	営業時間外	10:30 ~ 11:30 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東	10:30 ~ 11:30 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		
12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東		12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 伊東		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 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 伊東	
14:00 ~ 15:00 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東		14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑	14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 伊東	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 伊東	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 伊東	14:00 ~ 15:00 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村	
15:45 ~ 16:45 ポ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) 伊東	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 伊東		16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 伊東	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 伊東	15:45 ~ 16:45 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村	15:45 ~ 16:45 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東	
営業時間外		18:30 ~ 19:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	18:30 ~ 19:30 青盤矯正ヨガ (60分) 野村		18:30 ~ 19:30 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	18:30 ~ 19:15 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	18:30 ~ 19:15 Movie Heroine Yoga (45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 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	20:15 ~ 21:15 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東		20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 野村	

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東	営業時間外	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 榎本	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) 野村	定休日	
	12:15 ~ 13:15 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村	12:15 ~ 13:15 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東		12:15 ~ 13:15 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 榎井	12:15 ~ 13:15 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 肩コリラクソスヨガ (60分) 平川		14:00 ~ 15:00 もも原ヨガティス (60分) 西畑	14:00 ~ 15:00 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎井	14:00 ~ 15:00 肩コリラクソスヨガ (60分) 西畑		
	営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 伊東		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 伊東	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東		15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑
		17:30 ~ 18:30 セルトル換脚ヨガ (60分) 平川		17:30 ~ 18:30 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東	17:30 ~ 18:30 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東	17:30 ~ 18:30 滝汗ダ'イェホ'ガ (60分) 伊東		営業時間外
		18:30 ~ 19:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 伊東	18:30 ~ 19:15 スタンダード60 (60分) 伊東	18:30 ~ 19:15 エアロヨガ (60分) 榎本		
		20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (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 リンパデトックスヨガ (60分) 伊東		

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 リンパドレックヨガ (60分) 伊東	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) 西畑	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未定	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	定休日	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) 西畑
12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	12:15 ~ 13:15 リンパドレックヨガ (60分) 伊東		12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未定	12:15 ~ 13:15 流汗ダイエット (60分) 伊東		12:15 ~ 13:15 肩コリリリースヨガ (60分) 西畑
営業時間外	14:00 ~ 15:00 流汗ダイエット (60分) 伊東		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 西畑	14:00 ~ 15:00 青盤矯正ヨガ (60分) 野村	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 野村		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 野村
	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 未定		15:45 ~ 16:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村
					17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村		
16:45 ~ 17:45 流汗ダイエット (60分) 西畑			16:45 ~ 17:45 流汗ダイエット (60分) 伊東	16:45 ~ 17:45 青盤矯正ヨガ (60分) 野村	営業時間外		16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村
18:30 ~ 19:30 パワーヨガ Advance (金真標認定) (60分) 伊東	18:30 ~ 19:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑		18:30 ~ 19:30 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) 未定			18:30 ~ 19:30 青盤矯正ヨガ (60分) 野村
20:15 ~ 21:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑	20:15 ~ 21:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 西畑		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 お腹引き締めヨガ (60分) 野村			20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 未定

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未定	営業時間外	10:30 ~ 11:30 肩コリリリースヨガ (60分) 西畑	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	
12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (金真標認定) (60分) 西畑		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未定	12:15 ~ 13:15 流汗ダイエット (60分) 伊東	
営業時間外		14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑	14:00 ~ 15:00 リンパドレックヨガ (60分) 伊東	
		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 野村
				17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 野村
16:45 ~ 17:45 もも尻ヨガティス (60分) 西畑		16:45 ~ 17:45 免疫セラピーヨガ (60分) 伊東	16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	営業時間外
18:30 ~ 19:15 Movie Heroine Yoga (45分) 西畑		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 未定	18:30 ~ 19:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (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		20:15 ~ 21:15 流汗ダイエット (60分) 伊東	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 未定	

# 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)×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。