

【 02/25 ~ 02/28 】				スケジュール	2026/01/27	更新
02/25	02/26	02/27	02/28			
水	木	金	土			
営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめのバーサヨガ (全員標準定)(60分) 波多野 12:15 ~ 13:15 達汗ダイエットヨガ (60分) 上田 14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 波多野 15:45 ~ 16:45 鼎活ヨガ ver.2 (60分) 上田	10:30 ~ 11:30 はじめのバーサヨガ (全員標準定)(60分) 波多野 12:15 ~ 13:15 達汗ダイエットヨガ (60分) 上田 14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 波多野 15:45 ~ 16:45 鼎活ヨガ ver.2 (60分) 上田	10:30 ~ 11:30 はじめのバーサヨガ (全員標準定)(60分) 波多野 12:15 ~ 13:15 達汗ダイエットヨガ (60分) 上田 14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 波多野 15:45 ~ 16:45 鼎活ヨガ ver.2 (60分) 上田
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	セルトル美脚ヨガ (60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)
上田	早崎	土屋	土屋	上田	早崎	土屋
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	鼎活ヨガ ver.2 (60分)
樋波	早崎	上田	上田	樋波	早崎	上田
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	もも肩ヨガティス (60分)	スタンダード60 (60分)	達汗ダイエットヨガ (60分)
樋波	川田	土屋	土屋	樋波	川田	土屋

love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。