

love トキハわさだタウン店				【	02/01	～	02/08	】	スケジュール		2026/01/14	更新	
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	定休日	10:30 ～ 11:30	10:20 ～ 10:30	営業時間外	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30						
Sound Feel Yoga ver.2(60分)		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		お腹引き締めヨガ(60分)	スタンダード 60(60分)	リンパデトックスヨガ(60分)						
西山		森田	西山		西山	森田	森田						
12:15 ～ 13:15		12:15 ～ 13:15	10:30 ～ 11:30		12:15 ～ 13:15	12:15 ～ 13:15	12:15 ～ 13:15	12:15 ～ 13:15					
リンパデトックスヨガ(60分)		エアロビヨガ(60分)	はじめてのホットピラティス(60分)		オトナのための オールインワンヨガ(60分)	もも原ヨガティス(60分)	スタンダード 60(60分)						
森田		森田	西山		西山	西山	森田						
14:00 ～ 15:00		14:00 ～ 15:00	12:15 ～ 13:15		14:00 ～ 15:00	14:00 ～ 15:00	14:00 ～ 15:00	14:00 ～ 15:00					
はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分)		スタンダード 60(60分)	アロマリラクゼーション DEEP FOREST(60分)		リンパデトックスヨガ(60分)	アロマリラクゼーション FRUITY DIET(60分)	お腹引き締めヨガ(60分)						
西山		森田	西山		森田	西山	西山						
15:45 ～ 16:45						15:45 ～ 16:45	15:45 ～ 16:45	15:45 ～ 16:45					
スタンダード 60(60分)							滝汗ダイエット(60分)	金身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)					
森田							藤堀	西山					
営業時間外		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外						
						17:30 ～ 18:30							
						花粉症スッキリヨガ(60分)							
						藤堀							
		17:30 ～ 18:30	17:00 ～ 18:30		17:30 ～ 18:30	17:30 ～ 18:30							
		子宮温活ヨガ(60分)	アドベンス 90 (会員権限定)(90分)		アロマリラクゼーション HERBAL RELAX(60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)							
		森田	森田		西山	西山							
		19:15 ～ 20:15	19:15 ～ 20:15		19:15 ～ 20:15	19:15 ～ 20:15							
		お腹引き締めヨガ(60分)	リンパデトックスヨガ(60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス(60分)							
		西山	森田		西山	西山							
		21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 21:45		21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00							
		金身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)	Movie Heroine Yoga(45分)		はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分)	スタンダード 60(60分)							
		西山	森田		西山	森田							

love トキハわさだタウン店 【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								2026/01/14	更新
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	10:30 ~ 11:15	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日		
	金身ととのう 密たまんまヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		もも原ヨガティス (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			
	西山	森田		西山	西山	森田			
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分)	もも原ヨガティス (60分)			
	西山	西山		森田	森田	西山			
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00			
	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	肩コリラクゼーション (60分)		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)			
	西山	西山		森田	森田	森田			
		15:30 ~ 17:00			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
営業時間外		アドベンス 90 (金員権限定) (90分)		営業時間外	スタンダード 60 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	営業時間外		
		森田			森田	西山			
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30				
		スタンダード 60 (60分)			みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)				
		森田			西山				
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
	リンパデトックスヨガ (60分)			はじめてのパワーヨガ (金員権限定) (60分)					
	森田			西山					
	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15					
	スタンダード 60 (60分)			エアロビヨガ (60分)					
	森田			森田					
	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00					
	アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分)			腸活ヨガ ver.2 (60分)					
	西山			森田					

love トキわさだカン店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/14	更新
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	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15
リンパデトックスヨガ (60分)	滝汗ダイオヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	もも原ヨガティス (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)
森田	藤堀		西山	西山	西山		森田
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
セルトル美脚ヨガ (60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)
西山	藤堀		森田	西山	西山		西山
13:50 ~ 14:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説	お腹引き締めヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		子宮温活ヨガ (60分)
西山	西山		西山	森田	西村		森田
14:00 ~ 15:00				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		
はじめてのホットピラティス (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
西山				森田	西村		
				17:30 ~ 18:30			
				Sound Feel Yoga ver.2(60分)			
				西山			
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)		エアロビヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)
森田		森田	西山				西山
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:00 ~ 20:00	19:15 ~ 20:00				19:15 ~ 20:15
滝汗ダイオヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)				はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)
藤堀	森田	西山	森田				西山
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	20:30 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
花粉症スッキリヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	アドバンス 90 (会員権限定) (90分)	子宮温活ヨガ (60分)				Sound Feel Yoga ver.2(60分)
藤堀	森田	森田	森田				西山

love トキわさだかん店

【 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	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
腸活ヨガ ver.2 (60分)		肩コリラックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		
森田		西山	西山		
12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:30	12:15 ~ 13:15		
セルトル美脚ヨガ (60分)		アドバンス 90 (会員権限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
西山		森田	西山		
営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		
		全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		
		西山	森田		
		営業時間外	15:35 ~ 15:45		
			〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説 西山		
			15:45 ~ 16:45		
			はじめてのホットピラティス (60分)		
			西山		
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	営業時間外
		スタンダード 60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	
		森田	西山	森田	
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
もも原ヨガティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			
西山	西山	西山			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	もも原ヨガティス (60分)			
西山	森田	西山			

# 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。