

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 ~ 12:00 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 横田	定休日	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木	営業時間外	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 中根	10:30 ~ 11:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	
12:45 ~ 13:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根		12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 横田	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根		12:15 ~ 13:15 産せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 横田	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 池内	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 池内	
14:30 ~ 15:30 エアロビヨガ (60分) 中根		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 池内	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 未確定		14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) 池内	14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 池内
16:15 ~ 17:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田		17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 横田		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安藤
営業時間外		17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 横田		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) 池内	営業時間外
		19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) 中根	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 池内		19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 中根	19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) 池内	19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 池内	
		20:50 ~ 21:50 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	20:50 ~ 21:50 スリムアッププレス (60分) 池内		20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) 未確定	20:50 ~ 21:50 Movie Heroine Yoga (45分) 横田	20:50 ~ 21:35 Movie Heroine Yoga (45分) 横田	
		17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 中根		17:00 ~ 18:30 アドニス90 (会員様限定) (90分) 池内	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	営業時間外	
		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 未確定	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根		19:15 ~ 20:15 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木		
		20:50 ~ 21:50 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	20:50 ~ 21:50 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木		20:50 ~ 21:35 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安藤	20:50 ~ 21:50 はじめてのホットピラティス (60分) 池内		

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 滝汗ダイエット (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 池内	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未確定	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 中根	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 中根	定休日			
	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 中根	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根				
	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 池内	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 横田		14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 横田	14:00 ~ 15:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 池内				
	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 中根		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	営業時間外				
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 未確定	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根		19:15 ~ 20:15 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木					
	20:50 ~ 21:50 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	20:50 ~ 21:50 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木		20:50 ~ 21:35 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安藤	20:50 ~ 21:50 はじめてのホットピラティス (60分) 池内					
		10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) 鈴木		10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 池内		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未確定		10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 中根	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 中根	
		12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根		12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 中根	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根	
		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 池内		14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 横田		14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 横田		14:00 ~ 15:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 池内	
	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 中根		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木				
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 未確定	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中根		19:15 ~ 20:15 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木				
	20:50 ~ 21:50 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	20:50 ~ 21:50 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) 鈴木		20:50 ~ 21:35 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安藤	20:50 ~ 21:50 はじめてのホットピラティス (60分) 池内	20:50 ~ 21:50 はじめてのホットピラティス (60分) 池内				

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 ~ 12:00 アドハンス90 (会員様限定) (90分) 池内	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 中根	営業時間外	10:30 ~ 11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 池内	10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) 池内	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 未確定
12:45 ~ 13:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 池内		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 横田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未確定		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木
14:30 ~ 15:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 池内		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 未確定	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	14:00 ~ 15:30 EXハイクーヨガ (会員様限定) (90分) 横田		14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木
営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 美ボディフロー ピラティス (60分) 池内	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 未確定	16:15 ~ 17:15 肩こりリラックスヨガ (60分) 池内		営業時間外
			17:30 ~ 18:30 肩こりリラックスヨガ (60分) 安藤	17:30 ~ 18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 鈴木			
			19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安藤	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木			
			17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 中根	17:30 ~ 18:30 Movie Heroine Yoga (45分) 横田		
19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエット (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田		19:15 ~ 20:15 美ボディフロー ピラティス (60分) 池内	営業時間外	営業時間外		19:15 ~ 20:15 肩こりヨガ ver.2 (60分) 中根
20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) 未確定	20:50 ~ 21:50 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木		20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) 中根				20:50 ~ 21:50 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根

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 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	営業時間外	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	定休日	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木	
12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 中根		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未確定	12:15 ~ 13:15 エアロビヨガ (60分) 中根		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未確定	
14:00 ~ 15:30 アドハンス90 (会員様限定) (90分) 池内		14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 横田	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中根		14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 中根	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 未確定			
			17:30 ~ 18:30 金身と心の 癒し系ヨガ (60分) 鈴木				
			19:15 ~ 20:15 肩こりヨガ ver.2 (60分) 中根				
			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 未確定	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分) 池内		17:30 ~ 18:30 滝汗ダイエット (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 池内
19:15 ~ 20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 鈴木		19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 池内	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 鈴木	営業時間外		営業時間外	19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 横田
20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 池内		20:50 ~ 21:35 Movie Heroine Yoga (45分) 横田	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) 未確定				20:50 ~ 21:50 エアロビヨガ (60分) 中根

# 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?