

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 海汗ゲイエトヨガ (60分) 小泉		10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 村上	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 村上		10:30 ~ 11:30 小顎リフトビラティス (60分) 西村	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 小泉	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 関川	
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 小泉		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 村上	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 関川		12:15 ~ 13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 村上	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 関川	
14:00 ~ 15:00 スタンダードF60 (60分) 村上		14:00 ~ 15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分) 関川			14:00 ~ 15:00 美姿勢アーチエイジング ヨガ (60分) 小泉	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 小泉	13:50 ~ 14:00 (ビラティス) レッスン前10分ポーズ解説 西村	
15:45 ~ 16:45 美ボディフロー ビラティス (60分) 小泉					15:45 ~ 16:45 エアロビヨガ (60分) 村上	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットビラティス (60分) 西村	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 関川	15:45 ~ 16:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 西村
定休日	営業時間外				17:30 ~ 17:30 《ビラティス》 レッスン前10分ポーズ解説 小泉	17:30 ~ 18:30 二の腰引き締めヨガ (60分) 西村	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットビラティス (60分) 西村	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 関川
						17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 小泉	19:15 ~ 20:15 BEAT CORE HIIT (45分) 西村
							19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 村上	19:00 ~ 20:00 リンパデトックスヨガ (60分) 関川
								21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 村上
								21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 関川
								21:00 ~ 22:00 Movie Heroine Yoga (45分) 小泉
								21:00 ~ 22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分) 関川
								21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 村上

IoIve 八戸店		【 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 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
	眠る体に整えるヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		
	小泉	西村		西村	小泉	西村		
	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		
	Movie Heroine Yoga (45分)	全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	満汗ゲイロヨガ (60分)	BEAT CORE HIT (45分)		
	小泉	閑川		村上	小泉	西村		
	14:00 ~ 15:00	13:50 ~ 14:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説		セルトル美脚ヨガ (60分)	全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
	西村	西村		村上	閑川	閑川		
	14:00 ~ 15:00	はじめてのホットピラティス (60分)		15:35 ~ 15:45	15:45 ~ 16:45			
営業時間外	西村	西村		(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	スタンダード60 (60分)			
	15:45 ~ 16:45	セルトル美脚ヨガ (60分)		西村	閑川			
	村上	村上		15:45 ~ 16:45	はじめてのホットピラティス (60分)			
	17:30 ~ 18:30	腸活ヨガ ver.2 (60分)		西村	17:30 ~ 18:30			
	村上	村上		17:30 ~ 18:30	スタンダード60 (60分)			
営業時間外	17:30 ~ 18:30	19:00 ~ 20:00	営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:00 ~ 20:00		
	エアロピヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		
	村上	閑川		小泉	閑川	西村		
	19:15 ~ 20:15	営業時間外		19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	営業時間外		
	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			Movie Heroine Yoga (45分)	スタンダード60 (60分)			
	小泉			小泉	閑川			
定休日	21:00 ~ 22:00	腸活ヨガ ver.2 (60分)		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	村上	セルトル美脚ヨガ (60分)		小額リフトピラティス (60分)				
		村上		西村				

スケジュール							
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
火 10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 閑川	水 10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 村上	木 10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 小泉	金 10:20 ~ 10:30 (ビラティス) レッスン前10分ポーズ解説 小泉	土 10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) 村上	日 10:30 ~ 11:30 BEAT CORE HIIT (45分) 西村	月 10:30 ~ 11:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	火 10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 西村
12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 閑川	12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 小泉	12:15 ~ 13:15 滝汗ゲイクトヨガ (60分) 小泉	10:30 ~ 11:30 はじめのホットビラティス (60分) 西村	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 村上	12:15 ~ 13:15 14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 閑川	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 西村	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 閑川
14:00 ~ 15:00 滝汗ゲイクトヨガ (60分) 小泉	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 村上	14:00 ~ 15:00 15:45 ~ 16:45 Movie Heroine Yoga (45分) 小泉	14:00 ~ 14:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 西村	14:00 ~ 15:00 小顎リフトビラティス (60分) 西村	15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	17:30 ~ 18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分) 小泉
17:30 ~ 18:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 村上	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 閑川	17:30 ~ 18:30 二の脱引き締めヨガ (60分) 西村	19:00 ~ 20:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 小泉	17:30 ~ 18:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分) 小泉
19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 村上	19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	19:15 ~ 20:15 滝汗ゲイクトヨガ (60分) 小泉	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 西村	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 西村
21:00 ~ 22:00 美ボディフロー ビラティス (60分) 小泉	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 閑川	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 閑川	21:00 ~ 22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	21:00 ~ 22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 小泉	21:00 ~ 22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 閑川	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 小泉

loIve 八戸店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール	
02/25	02/26	02/27	02/28	2026/01/14 更新	
水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分)		
小泉		関川	村上		
12:15 ~ 13:15 滝汗ゲイエットヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)		
小泉		小泉	西村		
営業時間外	営業時間外	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 滝汗ゲイエットヨガ (60分)		
		小泉	小泉		
			15:45 ~ 16:45 小顎リフトピラティス (60分)		
			西村		
			17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分)		
			村上		
		17:20 ~ 17:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	19:00 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
		西村	小泉		
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分)	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分)		営業時間外	
村上	村上	西村			
19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			
村上	村上	小泉			
21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 全身とこりのう 寝たまんまヨガ (60分)	21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分)			
西村	関川	西村			

# 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、生活中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。