

love 上田店 【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール								2026/04/14	更新	
05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:30 全身と頭の 繋がらなヨガ (60分) H.Mayu	10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) T.Ayano	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) K.Kyoka	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) K.Kyoka	営業時間外	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mayu			
12:00 ~ 13:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) H.Mayu	12:30 ~ 13:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) T.Ami	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) T.Ayano		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) K.Kyoka	12:15 ~ 13:15 花動産スッキリヨガ (60分) K.Kyoka		12:00 ~ 13:00 はじめてのホットピラティス (60分) T.Ami			
13:30 ~ 14:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) T.Ayano	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mayu	14:00 ~ 15:00 花動産スッキリヨガ (60分) K.Kyoka		14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) K.Kyoka	14:00 ~ 15:00 進汗ダイエトヨガ (60分) T.Ayano		13:30 ~ 14:30 子宮温活ヨガ (60分) H.Mayu			
15:00 ~ 16:00 エアロピヨガ (60分) T.Ayano	15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) T.Ami	15:45 ~ 16:45 進汗ダイエトヨガ (60分) T.Ayano		15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Mayu	15:45 ~ 16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) T.Ayano		15:00 ~ 16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) T.Ami			
営業時間外	17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Kyoka	営業時間外		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) W.Ai	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mayu		営業時間外			
	19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) K.Kyoka			19:00 ~ 19:45 ピラティス フットキャンブ (45分) H.Mayu	19:00 ~ 20:00 全身と頭の 繋がらなヨガ (60分) H.Mayu					
	18:00 ~ 19:00 はじめてのホットピラティス (60分) T.Ami			18:00 ~ 19:00 はじめてのホットピラティス (60分) T.Ami	18:00 ~ 19:00 進汗ダイエトヨガ (60分) T.Ayano					
19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) W.Ai	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外		19:30 ~ 20:30 背中美人ヨガ (60分) T.Ayano	19:30 ~ 20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) W.Ai		
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai							21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) T.Ami	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) T.Ayano		

love 上田店 【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール								2026/04/14	更新					
05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16							
土	日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) W.Ai	定休日	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) T.Ayano	10:30 ~ 11:15 ピラティス フットキャンブ (45分) H.Mayu	営業時間外	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) H.Mayu	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) T.Ami							
12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Kyoka	12:00 ~ 13:10 マザーズデイヨガ T.Ami		12:00 ~ 13:00 お腹引き締めヨガ (60分) T.Ayano	12:00 ~ 13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) T.Ayano		12:00 ~ 13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) F.Hikaru	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) T.Ami							
14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) T.Ami	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) T.Ayano		13:30 ~ 14:30 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai	13:30 ~ 14:30 背中美人ヨガ (60分) T.Ayano		13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) T.Ami	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Kyoka							
15:45 ~ 16:45 エアロピヨガ (60分) K.Kyoka	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) W.Ai		15:00 ~ 16:00 進汗ダイエトヨガ (60分) T.Ayano	営業時間外		営業時間外	15:00 ~ 16:00 はじめてのホットピラティス (60分) T.Ami	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 未定						
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) W.Ai	営業時間外		営業時間外				営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Kyoka	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Kyoka				
19:00 ~ 20:00 はじめてのホットピラティス (60分) T.Ami				19:00 ~ 20:00 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai										
営業時間外				18:00 ~ 19:00 背中美人ヨガ (60分) K.Kyoka		18:00 ~ 19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) T.Ami			18:00 ~ 19:00 全身と頭の 繋がらなヨガ (60分) H.Mayu	18:00 ~ 19:00 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai	営業時間外			
				19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) W.Ai		19:30 ~ 20:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) A.Mai			19:30 ~ 20:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) T.Ayano	19:30 ~ 20:30 エアロピヨガ (60分) H.Mayu				
	21:00 ~ 22:00 花動産スッキリヨガ (60分) K.Kyoka		21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) W.Ai	21:00 ~ 21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) H.Mayu		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) W.Ai								

love 上田店		【 05/17 ~ 05/24 】				スケジュール		2026/04/14	更新
05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	免疫セラピーヨガ(60分)	ピラティス フードキャンブ(45分)	リンパドレックスヨガ(60分)		はじめてのホットピラティス(60分)	眠れる体に整えるヨガ(60分)	はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(60分)		
H.Mayu	K.Kyoka	H.Mayu	W.Ai		T.Ami	T.Ayano	K.Kyoka		
12:15 ~ 13:15	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
スタンダード60(60分)	エアロピヨガ(60分)	全身と頭のうごたえヨガ(60分)	パワーヨガ Advance(会員権限定)(60分)		花鈴座スッキリヨガ(60分)	お腹引き締めヨガ(60分)	滝汗ダイエット(60分)		
未定	K.Kyoka	H.Mayu	H.Mayu		K.Kyoka	T.Ayano	T.Ayano		
14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
お腹引き締めヨガ(60分)	スタンダード60(60分)	滝汗ダイエット(60分)	お腹引き締めヨガ(60分)		背中美人ヨガ(60分)	リンパドレックスヨガ(60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)		
T.Ayano	未定	T.Ayano	H.Mayu		K.Kyoka	W.Ai	T.Ami		
15:45 ~ 16:45	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)	リンパドレックスヨガ(60分)	眠れる体に整えるヨガ(60分)	営業時間外	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス(60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)	美姿勢アンチエイジングヨガ(60分)		
W.Ai	W.Ai	T.Ayano		W.Ai	T.Ami	W.Ai	K.Kyoka		
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	営業時間外		
						エアロピヨガ(60分)			
						T.Ayano			
						19:00 ~ 20:00			
						スタンダード60(60分)			
						未定			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	営業時間外			
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)	エアロピヨガ(60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	子宮温活ヨガ(60分)					
W.Ai	T.Ami	T.Ayano	W.Ai	H.Mayu					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:00 ~ 20:00	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
みるみる変わる姿勢ピラティス(60分)	免疫セラピーヨガ(60分)	はじめてのホットピラティス(60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(60分)					
T.Ami	K.Kyoka	T.Ami	H.Mayu	H.Mayu					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	20:30 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)	BEAT CORE HIIT(45分)	アドレンス90(会員権限定)(90分)	美姿勢アンチエイジングヨガ(60分)	お腹引き締めヨガ(60分)					
T.Ami	K.Kyoka	A.Mai	K.Kyoka	T.Ayano					

love 上田店		【 05/25 ~ 05/30 】				スケジュール		2026/04/14	更新
05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31			
月	火	水	木	金	土	日			
定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	営業時間外	全店研修	全店研修	10:30 ~ 11:30			
	美姿勢アンチエイジングヨガ(60分)	BEAT CORE HIIT(45分)				スタンダード60(60分)			
	K.Kyoka	K.Kyoka				未定			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				12:15 ~ 13:15			
	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	免疫セラピーヨガ(60分)				Sound Feel Yoga ver.2(60分)			
	K.Kyoka	K.Kyoka				H.Mayu			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				13:45 ~ 14:45			
	はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(60分)	滝汗ダイエット(60分)				みるみる変わる姿勢ピラティス(60分)			
	A.Mai	T.Ayano				T.Ami			
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00				15:15 ~ 16:45			
スタンダード60(60分)	ポールでゆるめてゆがみとりヨガ(60分)	アドレンス90(会員権限定)(90分)							
W.Ai	T.Ayano	T.Ayano							
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	営業時間外			
							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
							子宮温活ヨガ(60分)	お腹引き締めヨガ(60分)	リンパドレックスヨガ(60分)
							H.Mayu	H.Mayu	W.Ai
							19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
							ピラティス フードキャンブ(45分)	スタンダード60(60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)
H.Mayu	未定	T.Ami							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
スタンダード60(60分)	パワーヨガ Advance(会員権限定)(60分)	はじめてのホットピラティス(60分)							
未定	H.Mayu	T.Ami							