

love 小松店		【 02/09 ~ 02/16 】		スケジュール				2026/01/23 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	海岸ヨガヨガ ^(60分)	ボールでゆるめて ゆがめヨガ ^(60分)		はじめてのパワーヨガ (全員様限定) ^(60分)	スタンダード60 (60分)	スリムアッププレス (60分)			
	清水	清水		清水	西山	五井			
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
	スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	二の腕別き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
	西山	佐藤		佐藤	佐藤	西山			
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00	13:50 ~ 14:00			
	花粉症スッキリヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	スタンダード60 (60分)	(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説			
	五井	西山		佐藤	西山	五井			
	15:45 ~ 16:45			15:45 ~ 16:30	14:00 ~ 15:00				
	お腹引き締めヨガ (60分)			ピラティス ブーリャンプ (45分)	はじめてのホットピラティス (60分)				
	佐藤			五井	五井				
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	15:45 ~ 16:45				
	はじめてのパワーヨガ (全員様限定) ^(60分)			子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				
	清水			佐藤	五井				
	17:00 ~ 18:00			17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00				
	リンパデトックスヨガ (60分)			はじめてのホットピラティス (60分)	セルトル・燃脂ヨガ (60分)				
	佐藤			五井	清水				
	18:45 ~ 19:45			18:45 ~ 19:45	18:45 ~ 19:45				
	パワーヨガ Advance (全員様限定) ^(45分)			海岸ヨガヨガ ^(60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)				
	五井			清水	五井				
	20:30 ~ 21:15			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:15				
	Beat Drum Diet 3.0 (45分)			アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	ピラティス ブーリャンプ (45分)				
	佐藤			清水	五井				

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール				【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール				2026/01/23	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 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	10:30 ~ 11:30 二の脚引き締めヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 もも肩ヨガティス (60分)		10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
佐藤	佐藤		佐藤	佐藤	五井		清水		
12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分)	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	12:15 ~ 13:15 二の脚引き締めヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15 ~ 13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分)		
佐藤	佐藤		五井	浜崎	清水		五井		
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分)	14:00 ~ 15:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分)		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分)	14:00 ~ 15:00 青中成人ヨガ (60分)		14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		
西山	五井		五井	西山	清水		清水		
17:00 ~ 18:00 泡汗ヨガ(60分)			17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:00 ~ 18:00 はじめのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分)	15:45 ~ 16:45 花粉症スッキリヨガ (60分)		
清水			清水	清水		佐藤	五井		
18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)	18:45 ~ 19:45 リンパデトックスヨガ (60分)		18:45 ~ 19:45 セルトル美脚ヨガ (60分)	18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分)			
西山	清水		清水	西山		西山			
20:30 ~ 21:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	20:30 ~ 21:30 青中成人ヨガ (60分)		20:30 ~ 21:30 スタンダード60 (60分)	20:30 ~ 21:30 泡汗ヨガ(60分)					
清水	清水		西山	清水					
17:00 ~ 18:00 スリムアッププレス (60分)			17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	17:00 ~ 18:00 もも肩ヨガティス (60分)		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分)			
五井			清水	五井		佐藤			
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分)			14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00 ~ 15:00 もも肩ヨガティス (60分)		17:30 ~ 18:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			
西山			清水	五井		清水			
18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)	18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)		18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)						
西山	西山		西山						
20:20 ~ 20:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	20:20 ~ 20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		20:20 ~ 20:30 スリムアッププレス (60分)						
五井	佐藤		五井						
20:30 ~ 21:30 はじめてのホットピラティス (60分)	20:30 ~ 21:15 Movie Heroine Yoga (45分)		20:30 ~ 21:30 リンパデトックスヨガ (60分)						
五井	佐藤		五井						

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール				【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール				2026/01/23	更新	
02/25	02/26	02/27	02/28	02/25	02/26	02/27	02/28			
水	木	金	土	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分)	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分)			
佐藤				12:15 ~ 13:15 泡汗ヨガ(60分)		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分)	12:15 ~ 13:15 西山	佐藤		
12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				清水		清水	西山	清水		
清水				14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		14:00 ~ 15:00 もも肩ヨガティス (60分)		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分)		
17:00 ~ 18:00 スリムアッププレス (60分)				清水		五井		佐藤		
五井				14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		14:00 ~ 15:00 もも肩ヨガティス (60分)		17:30 ~ 18:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		
18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)	18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)			清水		五井		清水		
西山	西山			18:45 ~ 19:45 スタンダード60 (60分)		18:45 ~ 19:45 西山				
20:20 ~ 20:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	20:20 ~ 20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)			20:20 ~ 20:30 スリムアッププレス (60分)		20:20 ~ 20:30 五井				
五井	佐藤			20:20 ~ 20:30 五井						
20:30 ~ 21:30 はじめてのホットピラティス (60分)	20:30 ~ 21:15 Movie Heroine Yoga (45分)			20:30 ~ 21:30 リンパデトックスヨガ (60分)						
五井	佐藤			20:30 ~ 21:30 五井						

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。