

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 スリムアッププレス (60分) 小林	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパドックスヨガ (60分) 川上	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) 佐藤	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 小林	10:20 ~ 10:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 佐藤	10:30 ~ 11:30 滝汗'イェト3' (60分) 若杉	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 川上	
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 川上		12:15 ~ 13:15 滝汗'イェト3' (60分) 若杉	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 小池	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) 小林	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 佐藤	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 川上	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 佐藤	
14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 小林		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 川上	14:00 ~ 15:00 リンパドックスヨガ (60分) 佐藤	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 小池	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 小池	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 若杉	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 若杉	14:00 ~ 15:00 全身とどう寝たまんまヨガ (60分) 川上
15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 川上						14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 小池	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤
						営業時間外	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 川上	
							19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 小池	
			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 小池	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 若杉	17:30 ~ 18:30 リンパドックスヨガ (60分) 川上		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 小池	
			19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) 若杉	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 川上	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 小池		19:15 ~ 20:15 滝汗'イェト3' (60分) 若杉	
			21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 小池	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 若杉	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 川上	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 小池		

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 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 佐藤	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 若杉	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 小池	10:30 ~ 11:30 リンパドックスヨガ (60分) 小池	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 若杉	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 若杉	定休日	
	12:05 ~ 12:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 小林	12:15 ~ 13:15 リンパドックスヨガ (60分) 小池	12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 川上	12:15 ~ 13:00 ピラティス フートキャンブ (45分) 佐藤	12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 小林	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) 小林		
	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 小林	14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 若杉	14:00 ~ 15:00 リンパドックスヨガ (60分) 小池	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 小池	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 若杉	14:00 ~ 15:00 滝汗'イェト3' (60分) 若杉		
		15:45 ~ 16:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 小林	営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 佐藤		15:45 ~ 16:45 リンパドックスヨガ (60分) 小林
		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 小池				17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) 小林		
		19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 小林				19:15 ~ 20:15 リンパドックスヨガ (60分) 佐藤		
	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 川上	17:30 ~ 18:30 全身とどう寝たまんまヨガ (60分) 川上				17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 川上		
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 小池		19:15 ~ 20:15 もも尻ヨガティス (60分) 佐藤	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤			
	21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) 若杉		21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 川上	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 川上			

IoIve 前橋店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/02/17 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 滝汗'イット3' (60分) 若杉	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 小池	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 小池	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 川上	10:30 ~ 11:30 全身とどのう寝たまんまヨガ (60分) 川上	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめてゆがみどりヨガ (60分) 小林	定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 川上
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 佐藤	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 川上	12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 若杉	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 川上	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 佐藤	12:15 ~ 13:15 滝汗'イット3' (60分) 若杉		12:05 ~ 12:15 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 佐藤
14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 若杉	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 川上	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 小池	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 川上	13:50 ~ 14:00 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 小林		12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 佐藤
営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 子宮温活ヨガ (60分) 若杉	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 小林		14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤
				17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 若杉		営業時間外
				19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 若杉			
17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) 小林	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 若杉	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 若杉	17:30 ~ 18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 佐藤				17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 小池
19:15 ~ 20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 佐藤	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小池	19:15 ~ 20:15 全身とどのう寝たまんまヨガ (60分) 川上	19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 若杉				19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 川上
21:00 ~ 22:00 ボールでゆるめてゆがみどりヨガ (60分) 小林	21:00 ~ 22:00 滝汗'イット3' (60分) 若杉	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 川上	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 若杉				21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 小池

IoIve 前橋店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

2026/02/17 更新

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) 小林	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 佐藤	10:20 ~ 10:30 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 小林	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 小池
12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめてゆがみどりヨガ (60分) 小林	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 小林	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 小林	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) 小林
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 小池	14:00 ~ 15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 佐藤	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小池	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 川上
営業時間外	営業時間外	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) 小林	15:35 ~ 15:45 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 小林
			15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) 小林
			17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 佐藤
		17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 川上	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 若杉
19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 川上	19:15 ~ 20:15 ボールでゆるめてゆがみどりヨガ (60分) 小林	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 小池	
21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 佐藤	21:00 ~ 22:00 全身とどのう寝たまんまヨガ (60分) 川上	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 若杉	

# 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)×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。