

## 2028/01/27 可修

2026/01/27 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 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中級	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 池内	営業時間外	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) 池内	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 鈴木	定休日	
	12:15 ~ 13:15 育中美人ヨガ (60分) 中級	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 池内	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中級	12:15 ~ 13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 鈴木		
	14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 池内	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 池内		14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 鈴木	13:50 ~ 14:00 (ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説 池内		
	営業時間外	15:45 ~ 16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 鈴木		営業時間外	15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分) 池内	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 池内		
		17:30 ~ 18:30 肩コリラックスヨガ (60分) 安藤			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中級	15:45 ~ 16:45 スリムアッププレス (60分) 池内		
		19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 安藤			19:15 ~ 20:15 池汗ダイエット (60分) 鈴木			
		17:30 ~ 18:30 池汗ダイエット (60分) 鈴木			17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 安藤	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 中級		営業時間外
		19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 鈴木			19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) 安藤	19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 池内		
		20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) 池内			20:50 ~ 21:50 お腹引き締めヨガ (60分) 中級	20:50 ~ 21:50 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 中級		

lolve イオン古河店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/27	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	10:30 ~ 11:15	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30			
リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		免疫セラピーヨガ (60分)	滝汗ダ'イエット' (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)			
池内	横田		横田	鈴木	鈴木		横田			
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15			
スリムアッププレス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)			
池内	横田		横田	中根	鈴木		鈴木			
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00			
全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)			
鈴木	中根		鈴木	横田	横田		鈴木			
営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:30	営業時間外		
					全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)			
					鈴木		横田			
					17:30 ~ 18:30		営業時間外			
					エアロビヨガ (60分)					
					中根					
					19:15 ~ 20:15					
					パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)					
					横田					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外	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)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				スリムアッププレス (60分)			
中根	鈴木	中根	中根				池内			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15			
免疫セラピーヨガ (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)	リンパデトックスヨガ (60分)				アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			
横田	鈴木	横田	中根				池内			
20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50				20:50 ~ 21:50			
Movie Heroine Yoga (45分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	滝汗ダ'イエット' (60分)				免疫セラピーヨガ (60分)			
横田	横田	横田	鈴木				横田			

lolve イオン古河店		【 02/25 ~ 02/28 】	スケジュール	2026/01/27	更新
02/25	02/26	02/27	02/28		
水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
肩コリラックスヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
池内		鈴木	池内		
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
〈ピラティス〉 レッスン前 10分ポーズ解説		金糸ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		
池内		鈴木	横田		
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:30	14:00 ~ 15:00		
はじめてのホットピラティス (60分)		アドベンス 90 (金員様限定) (90分)	〈ピラティス〉 レッスン前 10分ポーズ解説		
池内		鈴木	池内		
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45	
	はじめてのホットピラティス (60分)				
	池内				
	17:30 ~ 18:30				
	お腹引き締めヨガ (60分)				
	横田				
	19:15 ~ 20:15				
	免疫セラピーヨガ (60分)				
	横田				
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
はじめてのパワーヨガ (金員様限定) (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)			
横田	池内	横田			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00			
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)			
中根	池内	横田			
20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50			
スタンダード 60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			
中根	中根	池内			

# 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。