

| love 上田店 【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール | | | | | | | | 2026/04/29 | 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 裏たまんまヨガ (60分) A.Mai | 10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (会員権限定) (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 (会員権限定) (60分) A.Mai | 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 エアロピヨガ (60分) T.Ayano | 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 (会員権限定) (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 裏たまんまヨガ (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 | | 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 | | 19:30 ~ 20:30 背中美人ヨガ (60分) T.Ayano | | | |
| 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 | | | | | | | | 2026/04/29 | 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 (会員権限定) (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 (会員権限定) (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 (会員権限定) (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 | 15:00 ~ 16:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) T.Ayano | | 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 | 営業時間外 | 営業時間外 | 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 裏たまんまヨガ (60分) H.Mayu |
| | 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 (会員権限定) (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 | | 2026/04/29 | 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 | | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | | |
| Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mayu | 免疫セラピーヨガ(60分) K.Kyoka | ピラティス フードキャンブ(45分) H.Mayu | リンパドレッシングヨガ(60分) W.Ai | 営業時間外 | はじめてのホットピラティス(60分) T.Ami | 眠れる体に整えるヨガ(60分) T.Ayano | はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(60分) K.Kyoka | | |
| 12:15 ~ 13:15 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:15 ~ 13:15 | 12:15 ~ 13:15 | |
| スタンダード60(60分) 未定 | エアロピヨガ(60分) K.Kyoka | 全身と頭のうごたえヨガ(60分) H.Mayu | パワーヨガ Advance(会員権限定)(60分) H.Mayu | | 花鈴座スッキリヨガ(60分) K.Kyoka | お腹引き締めヨガ(60分) T.Ayano | 滝汗ダイエット(60分) 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) T.Ayano | スタンダード60(60分) 未定 | 滝汗ダイエット(60分) T.Ayano | お腹引き締めヨガ(60分) H.Mayu | | 背中美人ヨガ(60分) K.Kyoka | リンパドレッシングヨガ(60分) W.Ai | アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分) T.Ami | | |
| 15:45 ~ 16:45 | 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) W.Ai | リンパドレッシングヨガ(60分) W.Ai | 眠れる体に整えるヨガ(60分) T.Ayano | | | | みるみる変わる姿勢ピラティス(60分) T.Ami | アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分) W.Ai | 美姿勢アンチエイジングヨガ(60分) 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 | 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 | | |
| スタンダード60(60分) W.Ai | みるみる変わる姿勢ピラティス(60分) T.Ami | エアロピヨガ(60分) T.Ayano | アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分) W.Ai | 子宮温活ヨガ(60分) H.Mayu | | | | | |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | | |
| みるみる変わる姿勢ピラティス(60分) T.Ami | 免疫セラピーヨガ(60分) K.Kyoka | はじめてのホットピラティス(60分) T.Ami | Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mayu | はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(60分) H.Mayu | | | | | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 20:30 ~ 22:00 | 21:00 ~ 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) T.Ami | BEAT CORE HIIT(45分) K.Kyoka | アドレンス90(会員権限定)(90分) A.Mai | 美姿勢アンチエイジングヨガ(60分) K.Kyoka | お腹引き締めヨガ(60分) T.Ayano | | | | | |

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