

loive 上田店

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2024/03/27 更新

| 04/01   | 04/02 | 04/03  | 04/04  | 04/05  | 04/06 | 04/07  | 04/08                                     |       |   |   |   |   |
|---|-------|--|--|--|-------|--|---|-------|---|---|---|---|
| 水   | 木     | 金  | 土  | 日  | 月     | 火  | 水   |       |   |   |   |   |
| 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>北村                    | 営業時間外 | 10:30 ~ 11:30<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>北村 | 10:30 ~ 11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>長谷川        | 10:30 ~ 11:30<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>北村                  | 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤         | 10:30 ~ 11:30<br>花物産スッキリヨガ<br>(60分)<br>北村 |       |   |   |   |   |
| 12:00 ~ 13:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>北村          |       | 12:00 ~ 13:00<br>エアロピヨガ<br>(60分)<br>長谷川            | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤           | 12:15 ~ 13:15<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>田村                 |       | 12:00 ~ 13:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>常盤 | 12:00 ~ 13:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>長谷川 |       |   |   |   |   |
| 13:30 ~ 14:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>田村            |       | 13:30 ~ 14:30<br>全身ととのう<br>密たまんまヨガ<br>(60分)<br>長谷川 | 14:00 ~ 14:45<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分)<br>北村     | 14:00 ~ 15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>田村  |       | 13:30 ~ 14:30<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>北村                     | 13:30 ~ 15:00<br>FIRE<br>(90分)<br>藤崎      |       |   |   |   |   |
| 15:00 ~ 16:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>長谷川 |       | 15:00 ~ 16:00<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>田村         | 15:45 ~ 16:45<br>全身ととのう<br>密たまんまヨガ<br>(60分)<br>長谷川 | 15:45 ~ 16:45<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>北村         |       | 15:00 ~ 16:00<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>北村                   | 営業時間外                                     |       |   |   |   |   |
| 営業時間外   |       | 営業時間外  | 営業時間外  | 17:30 ~ 18:30<br>ポールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>田村        |       | 営業時間外  |   | 営業時間外 |   |   |   |   |
|   |       |  |  | 19:00 ~ 20:00<br>エアロピヨガ<br>(60分)<br>田村                     |       |  |   |       |   |   |   |   |
|   |       |  |  | 18:00 ~ 19:00<br>花物産スッキリヨガ<br>(60分)<br>北村                  |       |  |   |       | 18:00 ~ 19:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>常盤    | 18:00 ~ 19:00<br>滝汗ダ'イェト'ヨガ<br>(60分)<br>田村                | 18:00 ~ 19:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>長谷川 | 18:00 ~ 19:00<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>田村            |
|   |       |  |  | 19:30 ~ 20:30<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>長谷川                 |       |  |   |       | 19:30 ~ 20:30<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>常盤 | 19:30 ~ 20:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>北村 | 19:30 ~ 20:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>田村          | 19:30 ~ 20:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤          |
|   |       |  |  | 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>常盤 |       |  |   |       | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤      | 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>常盤                | 21:00 ~ 22:00<br>エアロピヨガ<br>(60分)<br>田村              | 21:00 ~ 22:00<br>全身ととのう<br>密たまんまヨガ<br>(60分)<br>戸田 |

loive 上田店

【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

2026/03/27 更新

| 04/09 | 04/10   | 04/11   | 04/12   | 04/13 | 04/14  | 04/15   | 04/16 |       |       |  |  |  |  |
|-------|---|---|---|-------|--|---|-------|-------|-------|--|--|--|--|
| 木     | 金   | 土   | 日   | 月     | 火  | 水   | 木     |       |       |  |  |  |  |
| 営業時間外 | 10:30 ~ 11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>北村                  | 10:30 ~ 11:30<br>エアロピヨガ<br>(60分)<br>田村              | 10:30 ~ 11:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤        | 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>北村  | 10:30 ~ 11:30<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)<br>北村 | 営業時間外 |       |       |  |  |  |  |
|       | 12:00 ~ 13:00<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>長谷川                | 12:15 ~ 13:15<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>田村          | 12:15 ~ 13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>常盤 |       | 12:00 ~ 12:45<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分)<br>北村             | 12:00 ~ 13:00<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>北村              |       |       |       |  |  |  |  |
|       | 13:30 ~ 14:30<br>子音温活ヨガ<br>(60分)<br>長谷川                   | 14:00 ~ 15:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>長谷川 | 14:00 ~ 15:00<br>エアロピヨガ<br>(60分)<br>長谷川                   |       | 13:30 ~ 14:30<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>常盤              | 13:30 ~ 14:30<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>田村                |       |       |       |  |  |  |  |
|       | 15:00 ~ 16:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>北村 | 15:45 ~ 16:45<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>常盤       | 15:45 ~ 16:45<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤                  |       | 15:00 ~ 16:00<br>滝汗ダ'イェト'ヨガ<br>(60分)<br>田村                 | 15:00 ~ 16:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>常盤            |       |       |       |  |  |  |  |
|       | 営業時間外   | 営業時間外   | 営業時間外   |       | 17:30 ~ 18:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>長谷川                  | 営業時間外   |       | 営業時間外 | 営業時間外 |  |  |  |  |
|       |   |   |   |       | 19:00 ~ 20:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>常盤 |   |       |       |       |  |  |  |  |
|       |   |   |   |       | 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>常盤  |   |       |       |       | 18:00 ~ 19:00<br>エアロピヨガ<br>(60分)<br>田村             | 18:00 ~ 19:00<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>常盤              |  |  |
|       |   |   |   |       | 19:00 ~ 20:30<br>アドベンス90<br>(会員様限定) (90分)<br>田村            |   |       |       |       | 19:30 ~ 20:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤 | 19:30 ~ 20:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>常盤 | 19:30 ~ 20:30<br>子音温活ヨガ<br>(60分)<br>長谷川            |  |
|       |   |   |   |       | 21:00 ~ 22:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤         |   |       |       |       | 21:00 ~ 22:00<br>滝汗ダ'イェト'ヨガ<br>(60分)<br>田村         | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤                   | 21:00 ~ 22:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤 | 21:00 ~ 22:00<br>滝汗ダ'イェト'ヨガ<br>(60分)<br>田村 |

| love 上田店   |  | 【 04/17 ~ 04/24 】                                    |       | スケジュール                                     |   | 2026/03/27 | 更新   |   |
|--|--|--|-------|--|---|------------|--|---|
| 04/17  | 04/18  | 04/19  | 04/20 | 04/21                                      | 04/22   | 04/23      | 04/24                                      |   |
| 金  | 土  | 日  | 月     | 火  | 水   | 木          | 金  |   |
| 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST (60分)<br>常盤 | 10:30 ~ 12:00<br>アドバンス90<br>(会員様限定) (90分)<br>田村            | 10:30 ~ 11:30<br>全身ととのう<br>裏たまんまヨガ<br>(60分)<br>声田    | 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>北村     | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤                  | 営業時間外      | 10:30 ~ 11:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>長谷川  |   |
| 12:00 ~ 13:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>渡邊               | 12:30 ~ 13:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤         | 12:15 ~ 13:15<br>滝汗ダイエット<br>(60分)<br>声田              |       | 12:00 ~ 13:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>渡邊 | 12:00 ~ 13:00<br>パワーヨガ Advance<br>(会員様限定) (60分)<br>声田     |            | 12:00 ~ 13:00<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>長谷川    |   |
| 13:30 ~ 14:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>渡邊             | 14:00 ~ 15:00<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>田村                     | 14:00 ~ 15:00<br>ポールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>田村  |       | 13:30 ~ 14:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>渡邊   | 13:30 ~ 14:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤        |            | 13:30 ~ 14:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>田村 |   |
| 15:00 ~ 16:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>長谷川              | 15:45 ~ 16:45<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>常盤 | 15:45 ~ 16:45<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>田村               |       | 15:00 ~ 16:00<br>花粉産スツキリヨガ<br>(60分)<br>北村  | 15:00 ~ 16:00<br>営業時間外                                    |            | 15:00 ~ 16:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>常盤   |   |
| 営業時間外  | 17:30 ~ 18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>渡邊                 | 営業時間外  |       | 18:00 ~ 19:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>田村   | 18:00 ~ 19:00<br>営業時間外                                    |            | 18:00 ~ 19:00<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>田村     |   |
| 18:00 ~ 19:00<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>北村               | 19:00 ~ 19:45<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分)<br>北村             | 19:30 ~ 20:30<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)<br>北村 |       | 19:30 ~ 20:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>田村 | 19:30 ~ 20:30<br>花粉産スツキリヨガ<br>(60分)<br>北村                 |            | 19:30 ~ 20:30<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>長谷川 | 19:30 ~ 20:30<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>常盤 |
| 21:00 ~ 22:00<br>全身ととのう<br>裏たまんまヨガ<br>(60分)<br>長谷川     | 21:00 ~ 22:00<br>営業時間外                                     | 21:00 ~ 22:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>長谷川  |       | 21:00 ~ 22:00<br>背中美人ヨガ<br>(60分)<br>田村     | 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>渡邊 |            | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>渡邊   |   |

| love 上田店   |   | 【 04/25 ~ 04/30 】 |   | スケジュール   |       | 2026/03/27 | 更新 |
|--|---|-------------------|---|--|-------|------------|----|
| 04/25  | 04/26   | 04/27             | 04/28   | 04/29  | 04/30 |            |    |
| 土  | 日   | 月                 | 火   | 水  | 木     |            |    |
| 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST (60分)<br>北村 | 10:30 ~ 11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>北村        | 定休日               | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>渡邊                  | 10:30 ~ 11:30<br>はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>常盤              | 営業時間外 |            |    |
| 12:15 ~ 13:15<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)<br>長谷川  | 12:15 ~ 13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>北村      |                   | 12:00 ~ 13:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤        | 12:15 ~ 13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>渡邊 |       |            |    |
| 14:00 ~ 15:00<br>全身ととのう<br>裏たまんまヨガ<br>(60分)<br>長谷川     | 13:45 ~ 14:45<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>田村        |                   | 13:30 ~ 14:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>渡邊 | 14:00 ~ 15:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>長谷川        |       |            |    |
| 15:45 ~ 16:45<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>北村               | 15:15 ~ 16:45<br>アドバンス90<br>(会員様限定) (90分)<br>田村 |                   | 15:00 ~ 16:00<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>長谷川                | 15:45 ~ 16:45<br>スタンダード60<br>(60分)<br>渡邊                   |       |            |    |
| 17:30 ~ 18:30<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>田村                 | 19:00 ~ 20:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>渡邊      |                   | 18:00 ~ 19:00<br>営業時間外                                    | 17:30 ~ 18:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>常盤         |       |            |    |
| 営業時間外  | 営業時間外   |                   | 19:00 ~ 20:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>長谷川                 | 19:30 ~ 20:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>渡邊                 |       |            |    |
| 18:00 ~ 19:00<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>長谷川                | 19:30 ~ 20:15<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分)<br>北村  |                   | 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>北村                | 18:00 ~ 19:00<br>滝汗ダイエット<br>(60分)<br>田村                    |       |            |    |
| 19:30 ~ 20:15<br>BEAT CORE HIIT<br>(45分)<br>北村         | 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>北村      |                   | 営業時間外   | 19:30 ~ 20:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>渡邊                 |       |            |    |
| 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>北村             | 営業時間外   |                   | 営業時間外   | 21:00 ~ 22:00<br>パワーヨガ Advance<br>(会員様限定) (60分)<br>北村      |       |            |    |