



love 池袋店

【 03/17 ~ 03/24 】

スケジュール

2026/02/14 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
火	水	木	金	土	日	月	火
						定休日	
10:30 ~ 11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中村		10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 廣田	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 中村		10:30 ~ 11:30 全身とのお 腹たまんまヨガ (60分) 小島
12:15 ~ 13:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 廣田	12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガティス (60分) 廣田		12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 石川	12:15 ~ 13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 廣田	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 小島		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 小島
14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 中村	14:00 ~ 14:45 BEAT CORE HIIT (45分) 中村		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 小島		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 石川
			15:45 ~ 16:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 廣田	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 小島	15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 石川		
17:30 ~ 18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 石川	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 小島	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 小島	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 中村	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 廣田	17:30 ~ 18:30 特別レッスン(60分) 石川		17:30 ~ 18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 廣田
19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 石川	19:15 ~ 20:15 小顔リフトピラティス (60分) 石川	19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 石川					19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 廣田
21:00 ~ 22:00 全身とのお 腹たまんまヨガ (60分) 小島	21:00 ~ 22:00 エアロピヨガ (60分) 石川	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 石川					21:00 ~ 22:00 美ボディロー ピラティス (60分) 石川

love 池袋店

【 03/25 ~ 03/31 】

スケジュール

2026/02/14 更新

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
					定休日	
10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 中村		10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 廣田	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) 廣田		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 小島
12:15 ~ 13:15 全身とのお 腹たまんまヨガ (60分) 小島		12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 中村	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 廣田	12:15 ~ 13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 中村		12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 中村
		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 廣田	14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 石川	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 小島		14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) 小島
			15:45 ~ 16:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 廣田	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 中村		
17:30 ~ 18:30 エアロピヨガ (60分) 小島	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中村	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 小島	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 中村			17:15 ~ 18:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 廣田
19:15 ~ 20:15 もも尻ヨガティス (60分) 石川	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 小島	19:15 ~ 20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 中村	19:15 ~ 20:15 特別レッスン(60分) 石川			18:45 ~ 19:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 廣田
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 廣田	21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 中村	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 小島				20:30 ~ 22:00 FIRE (90分) 石川

# 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。



## 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。



## 「ロイブのヨガ道場」★各会場12～15名限定

開催日：2026年2月～3月

開催会場：東京・茨城・福岡・富山・北海道・岐阜・広島・愛知・大阪・長野・香川

受講金額：12,000円(税込)

内容：全国各地の特別な”道場”でヨガに没頭する、短時間集中型リトリート。  
普段のレッスンの中で、「これ位置で合ってるのかな?」「この感覚で合ってるのかな?」  
と感じたことはありませんか?少人数制リトリートで、アシスト・アジャストを通して、  
ご自身の身体に効かせるためのポイントを丁寧にお伝えいたします。

ヨガを始めたばかりの方も、長く練習を続けてきた方も、  
いつもと違う空間で、とことんヨガに没頭してみませんか?