

loive 松本店		【 02/01 ~ 02/08 】		スケジュール		2026/01/16		更新							
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				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15		10:30 ~ 11:30	
滝汗ダレヨガ (60分)				パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)		花動産スッキリヨガ (60分)				滝汗ダレヨガ (60分)		ピラティス ブートキャンプ (45分)		スタンダード 60 (60分)	
小坂				伊澤		秋山				小坂		秋山		茅野	
12:15 ~ 13:00				12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15				12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
ピラティス ブートキャンプ (45分)				免疫セラピーヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)				はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		肩こりリラックスヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	
秋山				伊澤		秋山				秋山		秋山		茅野	
14:00 ~ 15:00				14:00 ~ 14:45		13:50 ~ 14:00				14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	
金身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)				Beat Drum Diet 3.0 (45分)		〈ピラティス〉 レッスン前 10分ポーズ開設				リンパデトックスヨガ (60分)		背中美人ヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
伊澤				秋山		小坂				秋山		雑又		雑又	
15:45 ~ 16:45						14:00 ~ 15:00						15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:30	
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)						はじめてのホットピラティス (60分)						ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	
秋山						小坂						雑又		雑又	
17:30 ~ 18:30												17:30 ~ 18:30			
特別レッスン (60分)												スタンダード 60 (60分)			
伊澤															
営業時間外		定休日		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		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30					
				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		スタンダード 60 (60分)		鉄ボディアロー ピラティス (60分)		鉄ボディアロー ピラティス (60分)					
				小坂		茅野		小坂		茅野					
				19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:00		19:15 ~ 20:15					
				滝汗ダレヨガ (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)					
				小坂		雑又		雑又		伊澤					
				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
				スタンダード 60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)					
				茅野		茅野		雑又		伊澤					

loive 松本店		【 02/09 ~ 02/16 】		スケジュール		2026/01/16		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	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日		
	セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	背中美人ヨガ (60分)			
	茅野	伊澤		小坂	小坂	雑又			
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)			
	小坂	雑又		茅野	雑又	伊澤			
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:50 ~ 14:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			
	美ボディフロー ピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)		(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)			
	小坂	茅野		小坂	小坂	伊澤			
	営業時間外	15:35 ~ 15:45		14:00 ~ 15:00	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
		(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説		はじめてのホットピラティス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			
		伊澤		小坂	伊澤	雑又			
		15:45 ~ 16:45		営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
	はじめてのホットピラティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)			特別レッスン (60分)				
	伊澤	雑又			伊澤				
	17:30 ~ 18:30	19:00 ~ 21:00			営業時間外				
	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)							
	雑又	雑又							
営業時間外	17:00 ~ 18:00	19:15 ~ 20:15	17:30 ~ 18:30	営業時間外					
	肩こりリラックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	スタンダード 60 (60分)						
	伊澤	小坂	茅野		店舗限定WS				
	18:45 ~ 19:45	20:50 ~ 21:00	19:15 ~ 20:15		営業時間外				
	お腹引き締めヨガ (60分)	(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)						
	雑又	小坂	伊澤						
20:30 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
アディニス 90 (会員様限定) (90分)	はじめてのホットピラティス (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)							
伊澤	小坂	伊澤							

love 松本店			【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール			2026/01/16 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	営業時間外	10:30 ~	11:30	10:30 ~	11:30	10:30 ~	11:30	定休日		10:20 ~	10:30	
リンパデトックスヨガ (60分)			Movie Heroine Yoga (45分)				ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		滝汗ダイエット (60分)		スタンダード 60 (60分)				〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説		
雑又			雑又				雑又		小坂		茅野				伊澤		
12:15 ~	13:15		12:15 ~	13:15			12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15				10:30 ~ 11:30		
セルトル美脚ヨガ (60分)			アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)				美ボディフロー ピラティス (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)				はじめてのホットピラティス (60分)		
茅野			小坂				小坂		小坂		雑又				伊澤		
14:00 ~	15:00		14:00 ~	15:30			14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00				12:15 ~ 13:15		
アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)			アドベンス 90 (会員様限定) (90分)				花粉症スッキリヨガ (60分)		ピラティス ブートキャンプ (45分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)				花粉症スッキリヨガ (60分)		
雑又			伊澤				秋山		秋山		雑又				秋山		
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 ~	16:45			14:00 ~ 14:45		
									スタンダード 60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)				Beat Drum Diet 3.0 (45分)		
									茅野		茅野				秋山		
									17:30 ~ 18:30		肩コリラクセスヨガ (60分)				営業時間外		
									秋山								
17:30 ~	18:30		17:30 ~	18:30	17:30 ~	18:30	17:30 ~	18:30	17:30 ~	18:30	17:30 ~	18:30					
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			はじめてのホットピラティス (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)						
伊澤			伊澤		茅野		茅野		小坂		小坂						
19:15 ~	20:15		19:15 ~	20:15	19:15 ~	20:15	19:15 ~	20:15	19:15 ~	20:15	19:15 ~	20:15	19:15 ~	20:15			
滝汗ダイエット (60分)			みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		肩コリラクセスヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)		美ボディフロー ピラティス (60分)						
小坂			秋山		秋山		秋山		秋山		小坂						
21:00 ~	22:00		21:00 ~	22:00	21:00 ~	22:00	21:00 ~	22:00	21:00 ~	22:00	21:00 ~	21:45	21:00 ~	21:45			
全身とのお腹たまんまヨガ (60分)			花粉症スッキリヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)		アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)		アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (45分)		Movie Heroine Yoga (45分)						
伊澤			秋山		秋山		伊澤		伊澤		雑又						

love 松本店			【 02/25 ~ 02/28 】			スケジュール			2026/01/16			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				
Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		全身とのお腹たまんまヨガ (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)									
伊澤		伊澤				小坂									
12:15 ~		13:15				12:15 ~		13:15	12:15 ~		13:00				
みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)		パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)				Beat Drum Diet 3.0 (45分)									
秋山		伊澤				秋山									
営業時間外		14:00 ~				15:00	14:00 ~		15:00						
		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)				スタンダード 60 (60分)									
		秋山				茅野									
		営業時間外				営業時間外		15:45 ~		16:45					
				滝汗ダイエット (60分)											
				小坂											
				17:30 ~				18:30							
				はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)											
				秋山											
		17:30 ~		18:30	営業時間外		営業時間外								
花粉座スッキリヨガ (60分)															
秋山															
19:05 ~		19:15													
ピラティス ブートキャンプ (45分)		Movie Heroine Yoga (45分)		〈ピラティス〉 レッスン前 10分ポーズ解説											
秋山		雑又		小坂											
19:15 ~		20:15	19:15 ~						20:15	19:15 ~		20:15			
背中美人ヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)											
雑又		茅野		小坂											
21:00 ~		22:00	21:00 ~						22:00	21:00 ~		22:00			
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)											
雑又		雑又		茅野											

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。