

2026/01/24 可修

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08
日	月	火	水	木	金	土	日
	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)		10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分)	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分)		10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分)	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)
中村		廣田	小島		廣田	石川	中村
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分)	12:15 ~ 13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分)	12:15 ~ 13:15 花鈴座スキリヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (食具検定) (60分)	12:15 ~ 13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	
高橋		小島	廣田	廣田	廣田	小島	
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00 胃中美人ヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分)	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00 ~ 14:45 BEAT CORE HIIT (45分)	
石川		廣田	小島	小島	高橋	中村	
15:45 ~ 16:45						15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分)	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分)
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)						中村	小島
中村		17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分)	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分)	17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分)	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
		小島	高橋	中村	石川	高橋	
		19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分)	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		
		石川	高橋	小島	小島		
	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00 ~ 21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分)	21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分)			
	石川	石川	小島	石川			

2026/01/24 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	
	全身と頭の 疲れたまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)	花粉癒スッキリヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	
	小島	廣田		小島	廣田	石川	
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		美ボディフロー ピラティス (60分)	全身と頭の 疲れたまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
	中村	小島		石川	小島	廣田	
		14:00 ~ 15:30		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
		FIRE (90分)		免疫セラピーヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	
		石川		小島	中村	石川	
		16:15 ~ 17:00			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
		ピラティス ブートキャンプ (45分)			スタンダード 60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (金具棟限定) (60分)	
		廣田			小島	廣田	
	17:30 ~ 18:15	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15		
	Movie Heroine Yoga (45分)	全身と頭の 疲れたまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)		
	石川	小島	廣田	中村	中村		
	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00			
花粉癒スッキリヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)				
廣田		廣田	石川				
21:00 ~ 21:45		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
ピラティス ブートキャンプ (45分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)				
廣田		中村	中村				

love 池袋店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/24	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
						定休日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	免疫セラピーヨガ (60分)		全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)
石川	松本		中村	廣田	小島		小島
12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
Movie Heroine Yoga (45分)	免疫セラピーヨガ (60分)		小顔リフトピラティス (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		もも尻ヨガティス (60分)
石川	小島		石川	中村	中村		石川
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
花粉症スツキリヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		スタンダード 60 (60分)
廣田	廣田		中村	廣田	廣田		小島
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		
				ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		
				中村	中村		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30
腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード 60 (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)			痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)
中村	小島	石川	石川	小島			中村
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15
はじめてのホットピラティス (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)				腸活ヨガ ver.2 (60分)
廣田	石川	小島	小島				中村
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 21:45
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	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)				Beat Drum Diet 3.0 (45分)
中村	石川	石川	小島				石川

love 池袋店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール	2026/01/24	更新
02/25	02/26	02/27	02/28			
水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
背中美人ヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)			
廣田		小島	廣田			
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
花粉症スツキリヨガ (60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			
廣田		中村	中村			
		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			
		全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)			
		小島	中村			
			15:45 ~ 17:15			
			FIRE (90分)			
			石川			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 18:45			
免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)			
小島	中村	廣田	石川			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
二の腕引き締めヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)				
中村	廣田	中村				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45				
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)				
石川	廣田	廣田				

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。