

lolve 池袋店		【 12/01 ~ 12/08 】			スケジュール			2025/11/19	更新
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07		12/08	
月	火	水	木	金	土	日		月	
定休日							10:20 ~ 10:30		
							【アサナ解説】マリチのポーズ		
							農田		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	子宮温活ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	中村	廣田	福田	高橋	高橋	フェスタ特別レッスン		
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:05 ~ 12:15		
	はじめてのパワーヨガ (全員標準設定) (60分)	石川	中村	福田	石川	高橋	【アサナ解説】半月のポーズ		
	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00	はじめてのホットピラティス (60分)	鼻活ヨガ ver.2 (60分)	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	12:15 ~ 13:45		
	ピラティス ブーストキャンプ (45分)	廣田	廣田	中村	石川	石川	ステップアップアサナ WS		
					15:45 ~ 16:45	14:20 ~ 14:30			
					疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	【アサナ解説】英雄 1 のポーズ			
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	14:30 ~ 15:30		
	リンパデトックスヨガ (60分)	高橋	石川	高橋	高橋	高橋	Share the love yoga		
	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	免疫セセビーヨガ	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	16:05 ~ 16:15		
	ももヨガティス (60分)	石川	高橋	廣田	廣田	福田	【アサナ解説】コブラのポーズ		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	リンパデトックスヨガ (60分)	青中養人ヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	16:15 ~ 17:00		
	オナのための オールインワンヨガ (60分)	福田	福田	廣田	廣田	石川	Movie Heroine Yoga (45分)		

【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール								2025/11/19	更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 石川		10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高橋	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) 石川	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 スタンダード60 (60分) 福田	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 石川		
12:15 ~ 13:15 黒活ヨガ ver.2 (60分) 中村		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 リンパデトックスヨガ (60分) 福田	12:15 ~ 13:45 アドバンス90 (会員枠既定)(90分) 石川		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 廣田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 福田		
14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 高橋		14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 中村	14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 福田	14:30 ~ 15:30 青中熟人ヨガ (60分) 廣田		14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 福田			
				15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 石川	16:15 ~ 17:15 リンパデトックスヨガ (60分) 福田				
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 高橋	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 福田	17:30 ~ 18:30 全あととのう 寝たまん丸ヨガ (60分) 石川	17:30 ~ 18:30 黒活ヨガ ver.2 (60分) 中村	18:00 ~ 19:00 特別レッスン(60分) 石川		17:30 ~ 18:30 黒活ヨガ ver.2 (60分) 中村			
19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 廣田	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 高橋	19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) 廣田				19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 福田	19:15 ~ 20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 廣田		
21:00 ~ 21:45 ピラティス ブースキャンプ (45分) 廣田	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 福田	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員枠既定)(60分) 石川				21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 中村	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 廣田		

【 12/25 ~ 12/30 】 スケジュール								2025/11/19	更新
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31			
木	金	土	日	月	火	水			
	10:30 ~ 11:30 青中熟人ヨガ (60分) 福田	10:30 ~ 11:30 黒活ヨガ ver.2 (60分) 中村	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 福田						
	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						
	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 福田	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 廣田	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 福田						
		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 福田	15:45 ~ 17:45 108回太陽礼拝 (120分) 廣田						
17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 中村	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 廣田	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 中村							
19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 福田	19:15 ~ 20:15 黒活ヨガ ver.2 (60分) 中村								
21:00 ~ 22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 中村	21:00 ~ 22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 福田								

定休日

年末年始休業