

2028/01/14 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
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:40		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
婚活ヨガ ver.2 (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	ディーブプレスヨガ (70分)		はじめてのバウーヨガ (金具押戻走) (60分)	スタンダード 60 (60分)	滝汗ダイエット (60分)
望月		望月	永田		齊藤	山本	望月
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:05 ~ 12:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
育中美人ヨガ (60分)		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)		《ピラティス》 レッスン前 10分ポーズ解説	子宮温活ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)
齊藤		望月	山本		望月	清水	望月
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		12:15 ~ 13:15	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
花粉症スッキリヨガ (60分)		子宮温活ヨガ (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)	美ボディフロー ピラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)
齊藤		清水	望月		望月	齊藤	清水
15:45 ~ 16:45					14:00 ~ 15:00	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45
エアロビヨガ (60分)					アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)
望月					齊藤	清水	清水
			17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	~	17:30 ~ 18:30
			Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		スタンダード 60 (60分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)
			清水		山本		齊藤
			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	17:30 ~ 18:30	
		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)	子宮温活ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
		山本	齊藤	清水	山本		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	19:15 ~ 20:15		
		スタンダード 60 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	滝汗ダイエット (60分)		
		山本	齊藤	山本	望月		
					21:00 ~ 22:00		
					スタンダード 60 (60分)		
					山本		

2026/01/14 更新

[illegible]

love 自由が丘店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/14	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 ~ 11:30		10:30 ~ 12:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30
子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		アドベンス90 (会員権限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)
清水	山本		齊藤	山本	望月		藤田
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:45 ~ 13:45	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)	子宮温活ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET (60分)
藤田	清水		山本	清水	齊藤		藤田
14:00 ~ 15:00			14:30 ~ 15:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
リンパデトックスヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	滝汗ダイエット (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)		子宮温活ヨガ (60分)
藤田			山本	望月	望月		清水
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		
				骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		
				望月	齊藤		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30
スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)			骨盤矯正ヨガ (60分)
山本	齊藤	望月	望月	清水			望月
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:05 ~ 19:15				19:15 ~ 20:15
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	リンパデトックスヨガ (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				リンパデトックスヨガ (60分)
望月	山本	清水	望月				山本
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	19:15 ~ 20:15				21:00 ~ 22:00
アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	エアロビヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)				お腹引き締めヨガ (60分)
望月	齊藤	望月	望月				望月
			21:00 ~ 22:00				
			花粉症スッキリヨガ (60分)				
			齊藤				

love 自由が丘店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール		2026/01/14	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				
骨盤矯正ヨガ (60分)		美ボディフロー 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)				
齊藤		齊藤	齊藤				
12:05 ~ 12:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15				
〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)				
望月		望月	清水				
12:15 ~ 13:15		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00				
はじめてのホットピラティス (60分)		花粉症スッキリヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				
望月		齊藤	山本				
14:00 ~ 15:00			15:45 ~ 16:45				
背中美人ヨガ (60分)			子宮温活ヨガ (60分)				
齊藤			清水				
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)				
	山本	清水	齊藤				
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15					
スタンダード60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)					
山本	齊藤	望月					
21:00 ~ 22:00	20:50 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
子宮温活ヨガ (60分)	ディープブレスヨガ (70分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)					
清水	齊藤	清水					

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。