

olve 自由が丘店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール			2020/01/14 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 ~ 11:15	10:30 ~ 11:40		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
馬鹿ヨガ ver.2 (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	ディープリックスヨガ (70分)		はじめてのパワーヨガ (全員標準定) (60分)	スタンダード 60 (60分)	浅井ガバトヨガ (60分)
蜜月		蜜月	永田		齊藤	山本	蜜月
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:05 ~ 12:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
青中美人ヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	リンパデットックスヨガ (60分)		《ビラティス》 レッスン前10分ポーズ解説	子宮蜜月ヨガ (60分)	骨盤鍛正ヨガ (60分)
齊藤		蜜月	山本		蜜月	清水	蜜月
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)		子宮蜜月ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		はじめてのホットビラティス (60分)	美ボディブロー ビラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)
齊藤		清水	蜜月		蜜月	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)	リンパデットックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)
蜜月					齊藤	清水	清水
	定休日	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)		痩せる糸糸をつくる ダイエッショガ (60分)	
		清水		山本		齊藤	
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	17:30 ~ 18:30		
		リンパデットックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	子宮蜜月ヨガ (60分)	リンパデットックスヨガ (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)	リンパデットックスヨガ (60分)	浅井ガバトヨガ (60分)		
		山本	齊藤	山本	蜜月		
					21:00 ~ 22:00		
					スタンダード 60 (60分)		
					山本		

lolve 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
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 12:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30								
子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			アドバンス80 (会員様限定)(90分)	リンパデトックスヨガ DEEP FOREST (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)								
清水	山本			青藤	山本	山本								
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			12:45 ~ 13:45	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)								
藤田	清水			山本	山本	清水								
14:00 ~ 15:00				14:30 ~ 15:30	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)	達汗ゲイコトヨガ (60分)	温活ヨガ ver.2 (60分)								
藤田				山本	山本	山本								
					15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45								
					骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)								
					山本	青藤								
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30								
スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	温活ヨガ ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)										
山本	青藤	山本	山本	清水										
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:05 ~ 19:15										
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分ボーズ解説											
銀月	山本	清水	銀月											
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	19:15 ~ 20:15										
アロマリラックスヨガ 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)	はじめのホットピラティス (60分)											
銀月	青藤	銀月	銀月											
				21:00 ~ 22:00										
					花粉症スッキリヨガ (60分)									
					青藤									
lolve 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	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)	青藤								
青藤				青藤	青藤	青藤								
12:05 ~ 12:15				12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15									
(ピラティス) レッスン前10分ボーズ解説				Beat Drum Diet 3.0 (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)									
銀月				銀月	清水	清水								
12:15 ~ 13:15				14:00 ~ 15:00	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)	青藤	山本							
銀月				青藤	山本	山本								
14:00 ~ 15:00						15:45 ~ 16:45								
青中美人ヨガ (60分)						子宮温活ヨガ (60分)								
青藤						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)	はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)								
				山本	清水	青藤								
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15											
スタンダード60 (60分)	青中美人ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)												
山本	青藤	青藤	青藤											
21:00 ~ 22:00	20:50 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00											
子宮温活ヨガ (60分)	ディーププレスヨガ (70分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)												
清水	青藤	清水	青藤											

定休日

love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の理解”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)〆切り】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)〆切り】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。