

love 旭川店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール			2026/01/26		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 ~ 11:30	
	エアロピヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		パワーヨガ Advance (会員枠限定) (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	
	青木	平		勝本	青木	平	
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	
	リンパデトックスヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんじゅう	Movie Heroine Yoga (45分)	
	平	青木		勝本	青木	青木	
	14:00 ~ 15:00	13:45 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	13:45 ~ 14:45	
	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
	平	平		平	青木	平	
	15:30 ~ 16:15				15:45 ~ 16:45	15:30 ~ 16:30	
	Movie Heroine Yoga (45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)	
	青木				平	青木	
	17:00 ~ 18:00				17:30 ~ 18:30		
	スタンダード 60 (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)		
	青木				平		
	17:30 ~ 18:30						
	リンパデトックスヨガ (60分)		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	
	青木				勝本	勝本	
	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15			
	セルトル美脚ヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード 60 (60分)		
	勝本		青木		平		
	21:00 ~ 22:00		20:45 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00			
	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		パワーヨガ Advance (会員枠限定) (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		
	勝本		勝本		平		

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール								2026/01/26	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			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)			リンパデトックスヨガ (60分)	達矢ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		スタンダード60 (60分)	
勝木	青木			MISAKO	勝木	平		小玉	
12:15 ~ 13:15	12:00 ~ 13:00			12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
スタンダード60 (60分)	靈活ヨガ ver.2 (60分)			はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	
青木	達上			MISAKO	平	青木		小玉	
14:00 ~ 15:00				14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:45 ~ 14:45	
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)				スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	
勝木				平	平	平		平	
					15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:30			
					セルトリ・美脚ヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)			
					勝木	青木			
					17:30 ~ 18:30				
					スタンダード60 (60分)				
					平				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:00 ~ 18:30	
疲れの体に整えるヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX	スタンダード60 (60分)	リントレビューター ヨガ(60分)					アドバイス90 (会員様限定) (90分)	
青木	勝木	石山	勝木					小玉	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	達矢ダイエットヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)					スタンダード60 (60分)	
勝木	達上	勝木	平					青木	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
青中美人ヨガ (60分)	靈トレビューター ヨガ(60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)					はじめのホットピラティス (60分)	
青木	勝木	勝木	勝木					日野	

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール								2026/01/26	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					
青盤矯正ヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
日野			福田	平					
12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15					
スタンダード60 (60分)			オトナのための オールインワンヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)					
青木			福田	平					
14:00 ~ 14:45			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00					
ピラティス ブーリャップ (45分)			リンパデトックスヨガ (60分)	達矢ダイエットヨガ (60分)					
日野			平	勝木					
				15:45 ~ 16:45					
				スタンダード60 (60分)					
				平					
				17:30 ~ 18:30					
				パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)					
				勝木					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15								
スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)								
青木	青木								
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:00 ~ 20:00							
BEAT CORE HIIT (45分)	達矢ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)							
青木	勝木	平							
20:45 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	20:45 ~ 21:45							
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	全員とのう 寝たまんじゅうヨガ (60分)							
勝木	青木	青木							

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。