

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08							
日	月	火	水	木	金	土	日							
10:20 ~ 11:20	定休日	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20							
Sound Feel Yoga 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)	瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	背中美人ヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)							
漕上		米倉	漕上	米倉	久保	漕上	漕上							
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
スタンダード60 (60分)		青盤矯正ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	腫トレビューティー ヨガ(60分)	アドベンス90 (会員様限定) (90分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	スリムアッププレス (60分)							
漕上		米倉	漕上	米倉	杉元	漕上	藤本							
13:40 ~ 14:25		13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	14:10 ~ 15:10	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40							
Movie Heroine Yoga (45分)		滝汗ダイエット (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)							
藤本		杉元	藤本	漕上	杉元	中筋	漕上							
15:20 ~ 16:20		15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20							
みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)		肩こりリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	青盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)							
藤本		藤本	漕上	漕上	漕上	中筋	藤本							
営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外						
									17:00 ~ 18:00	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	漕上	17:00 ~ 18:00	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	漕上
	18:30 ~ 19:30								スタンダード60 (60分)	中筋	18:30 ~ 19:30	スタンダード60 (60分)	中筋	
	17:30 ~ 18:15								17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15
	BEAT CORE HIIT (45分)								アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
	藤本								杉元	藤本	杉元	杉元	杉元	
	19:00 ~ 20:00								19:20 ~ 20:05	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20
	リンパデトックスヨガ (60分)								Movie Heroine Yoga (45分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)
	杉元								藤本	漕上	漕上	漕上	漕上	
	20:30 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
アドベンス90 (会員様限定) (90分)	青盤矯正ヨガ (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)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)								
杉元	杉元	藤本	漕上	漕上	漕上	漕上								

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	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20							
	免疫セラピーヨガ (60分)	もも原ヨガティス (60分)	スタンダード60 (60分)	スリムアッププレス (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	滝汗ダイエット (60分)	滝汗ダイエット (60分)							
	藤本	藤本	杉元	久保	漕上	杉元	杉元							
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00							
	瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	背中美人ヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)							
	米倉	久保	米倉	米倉	米倉	藤本	杉元							
	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 15:10	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:30 ~ 13:40	13:40 ~ 14:25							
	青盤矯正ヨガ (60分)	アドベンス90 (会員様限定) (90分)	腫トレビューティー ヨガ(60分)	瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説	BEAT CORE HIIT (45分)	BEAT CORE HIIT (45分)							
	米倉	杉元	米倉	米倉	藤本	藤本	藤本							
	15:20 ~ 16:05	15:50 ~ 16:50	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	13:40 ~ 14:40	15:20 ~ 16:20							
	Movie Heroine Yoga (45分)	小顔リフトピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)							
	藤本	杉元	漕上	杉元	藤本	藤本	藤本							
	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	定休日						
									17:30 ~ 18:30	スリムアッププレス (60分)	久保	15:20 ~ 16:20	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	漕上
17:00 ~ 18:00									スタンダード60 (60分)	漕上	17:00 ~ 18:00	スタンダード60 (60分)	漕上	
17:40 ~ 18:40									スタンダード60 (60分)	漕上	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:25	18:30 ~ 19:30	
スタンダード60 (60分)									腸活ヨガ ver.2 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
漕上									漕上	杉元	杉元	杉元	杉元	
19:20 ~ 20:20									19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20
背中美人ヨガ (60分)									滝汗ダイエット (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	
漕上									杉元	杉元	杉元	杉元	杉元	
21:00 ~ 22:00									21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
肩こりリラックスヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)									
藤本	杉元	杉元	漕上	漕上	漕上									

02/17		02/18		02/19		02/20		02/21		02/22		02/23		02/24			
火		水		木		金		土		日		月		火			
10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:20			10:20	~ 11:20
セトル美脚ヨガ (60分)		劇トレビューティーヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (金具制限定) (60分)		リンパドレックスヨガ (60分)		エアロピヨガ (60分)		小顔リフトセラティス (60分)				骨盤矯正ヨガ (60分)			
米倉		米倉		米倉		山下		杉元		杉元				米倉			
12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00	12:00	~ 12:45			12:00	~ 13:00
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)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)				セトル美脚ヨガ (60分)			
藤本		藤上		米倉		藤上		杉元		杉元				米倉			
13:40	~ 14:40	13:40	~ 14:40	13:40	~ 14:40	13:40	~ 14:40	13:40	~ 14:40	13:40	~ 15:10	13:40	~ 14:40			13:40	~ 14:40
はじめてのパワーヨガ (金具制限定) (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		エアロピヨガ (60分)		劇活ヨガ ver.2 (60分)		アドハンス90 (金具制限定) (90分)		肩こりリラックスヨガ (60分)				スタンダード60 (60分)			
米倉		米倉		杉元		藤上		杉元		藤本				未定			
15:20	~ 16:20	15:20	~ 16:20	15:10	~ 15:20	15:20	~ 16:20	15:20	~ 16:20	15:50	~ 16:50	15:20	~ 16:20			15:20	~ 16:20
免疫セラピーヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説		Movie Heroine Yoga (45分)		リンパドレックスヨガ (60分)		もも尻ヨガティス (60分)				滝汗ダイクヨガ (60分)			
藤本		藤上		藤上		藤本		古田		藤本				杉元			
営業時間外		営業時間外		15:20 ~ 16:20		営業時間外		17:30 ~ 18:30		営業時間外		営業時間外		営業時間外			
				はじめてのホットピラティス (60分)													
				藤上													
17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40			
Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		もも尻ヨガティス (60分)		滝汗ダイクヨガ (60分)		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)								小顔リフトピラティス (60分)			
藤上		藤本		杉元		藤本								杉元			
19:20	~ 20:20	19:20	~ 20:05	19:20	~ 20:20	19:20	~ 20:20	19:20	~ 20:20	営業時間外		19:20	~ 20:20			19:20	~ 20:20
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		BEAT CORE HIIT (45分)		リンパドレックスヨガ (60分)		スリムアッププレス (60分)								はじめてのパワーヨガ (金具制限定) (60分)			
藤上		藤本		杉元		山下								杉元			
21:00	~ 21:45	21:00	~ 22:00	21:00	~ 22:00	21:00	~ 22:00	21:00	~ 22:00			21:00	~ 22:00			21:00	~ 22:00
Movie Heroine Yoga (45分)		劇活ヨガ ver.2 (60分)		背中美人ヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)								スタンダード60 (60分)			
藤本		藤上		藤上		山下								未定			

02/25		02/26		02/27		02/28	
水		木		金		土	
10:20	~ 11:50	10:20	~ 11:20	10:20	~ 11:05	10:20	~ 11:20
アドハンス90 (金具制限定) (90分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード60 (60分)	
藤本		藤上		藤本		未定	
12:30	~ 13:30	12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00	12:00	~ 13:00
肩こりリラックスヨガ (60分)		エアロピヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		滝汗ダイクヨガ (60分)	
藤上		杉元		久保		杉元	
14:00	~ 14:10	13:40	~ 14:40	13:40	~ 14:40	13:40	~ 14:40
(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説		骨盤矯正ヨガ (60分)		もも尻ヨガティス (60分)		リンパドレックスヨガ (60分)	
藤本		杉元		藤本		杉元	
14:10	~ 15:10	営業時間外		15:20 ~ 16:20		15:20 ~ 16:20	
はじめてのホットピラティス (60分)				劇活ヨガ ver.2 (60分)		スリムアッププレス (60分)	
藤本				藤上		藤本	
営業時間外		営業時間外		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00	
				はじめてのパワーヨガ (金具制限定) (60分)		杉元	
				17:40 ~ 18:40		18:30 ~ 19:30	
				背中美人ヨガ (60分)		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	
				藤上		藤本	
17:40	~ 18:40	17:40	~ 18:40	19:20	~ 20:20	営業時間外	
スリムアッププレス (60分)		スタンダード60 (60分)		スタンダード60 (60分)			
久保		未定		未定			
19:20	~ 20:20	19:20	~ 20:05	20:50	~ 21:00		
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)		(ピラティス) レッスン前10分ポーズ解説			
久保		藤本		藤上			
21:00	~ 22:00	21:00	~ 22:00	21:00	~ 22:00		
Sound Feel Yoga ver.2 (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)			
藤上		藤本		藤上			

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)×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。