

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 二の腕引き締めヨガ (60分) 播出	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 播出	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 渡部	営業時間外	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 遊佐	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 原田	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 遊佐										
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 原田		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 渡部	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 原田		12:15 ~ 13:15 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 遊佐	12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 播出	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 遊佐										
14:00 ~ 15:00 Movie Heroine Yoga (45分) 播出		14:00 ~ 15:00 滝汗が「イット3」 (60分) 渡部	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 渡部		営業時間外	14:00 ~ 14:45 BEAT CORE HIT (45分) 渡部	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 播出	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 原田									
15:45 ~ 16:30 リンパデトックスヨガ (60分) 原田		営業時間外	営業時間外			営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 原田	15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 遊佐								
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	17:30 ~ 18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 遊佐	営業時間外				
												17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 原田		17:30 ~ 18:30 Movie Heroine Yoga (45分) 播出	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 渡部	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 渡部	
												19:15 ~ 20:15 肩コリリラックスヨガ (60分) 播出		19:15 ~ 20:15 胃コリリラックスヨガ (60分) 播出	20:50 ~ 21:00 「ピラティス」レッスン前10分ポーズ解説 遊佐	19:15 ~ 20:15 滝汗が「イット3」 (60分) 渡部	19:15 ~ 20:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 播出
												19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 播出		21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 遊佐	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 原田	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 原田	21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) 播出

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 眠れる体に整えるヨガ (60分) 遊佐	10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) 播出	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 渡部	10:20 ~ 10:30 「ピラティス」レッスン前10分ポーズ解説 遊佐	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 渡部	定休日					
	12:15 ~ 13:25 ディープブレスヨガ (70分) 播出	12:15 ~ 13:15 肩コリリラックスヨガ (60分) 播出		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 遊佐	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 遊佐	12:15 ~ 13:15 滝汗が「イット3」 (60分) 渡部						
	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 播出	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 原田		営業時間外	14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 遊佐	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 播出		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 原田				
	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	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 遊佐	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 原田		
									17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 渡部	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 遊佐		
									17:30 ~ 18:30 滝汗が「イット3」 (60分) 渡部	17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分) 播出		
									19:05 ~ 19:15 「ピラティス」レッスン前10分ポーズ解説 遊佐	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 遊佐	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 渡部	19:15 ~ 20:25 ディープブレスヨガ (70分) 播出
									19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 遊佐	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 原田	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 渡部	営業時間外
									21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 渡部	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 遊佐	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 原田	



# 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。