

loive アルプラザ小杉店

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール

2024/03/13

更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 吉田	定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 吉田	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 白井	営業時間外	10:30 ~ 11:30 花粉能スッキリヨガ (60分) 竹内	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 棚爪	10:30 ~ 12:00 アドレンス90 (会員様限定) (90分) 竹内
12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) 白井		12:15 ~ 13:15 青盤矯正ヨガ (60分) 白井	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 吉田		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 棚爪	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 棚爪	12:30 ~ 13:30 もも尻ヨガティス (60分) 竹内
14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 吉田		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 吉田	14:00 ~ 14:45 Movie Heroine Yoga (45分) 吉田		14:00 ~ 15:00 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 吉田	14:00 ~ 15:00 青盤矯正ヨガ (60分) 白井
15:45 ~ 16:45 青盤矯正ヨガ (60分) 白井		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 棚爪	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 白井		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 白井	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 棚爪	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 白井
営業時間外		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 白井	19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) 竹内		19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエットヨガ (60分) 棚爪	19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) 白井	営業時間外
		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 竹内	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 白井		21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 棚爪	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 吉田	

loive アルプラザ小杉店

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール

2024/03/13

更新

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 竹内	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエットヨガ (60分) 棚爪	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 白井	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 竹内	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 吉田	定休日	
	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) 白井	12:15 ~ 13:15 花粉能スッキリヨガ (60分) 竹内		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 吉田	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 棚爪	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 棚爪		
	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 竹内	営業時間外		14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 白井	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 竹内	14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 吉田		
	17:30 ~ 18:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 吉田			17:30 ~ 18:30 青盤矯正ヨガ (60分) 白井	17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分) 吉田	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 竹内		営業時間外
	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 棚爪			19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 吉田	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 白井	19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 棚爪		
	21:00 ~ 22:00 滝汗ダイエットヨガ (60分) 棚爪			21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) 白井	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 吉田	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 竹内		

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30
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 FRUITY DIET (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)
吉田	竹内		横爪	吉田	白井		吉田
12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
Movie Heroine Yoga (45分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)		エアロピヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)
吉田	吉田		横爪	白井	吉田		吉田
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
リンパドレッシングヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)		スタンダード60 (60分)
横爪	竹内		白井	吉田	白井		白井
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:30		15:45 ~ 16:45
金身ととのう 褒たまんまヨガ (60分)	営業時間外	青龍矯正ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	青龍矯正ヨガ (60分)	
竹内		竹内	横爪	吉田	吉田	竹内	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		19:15 ~ 20:15	
もも尻ヨガティス (60分)	スタンダード60 (60分)	滝汗ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	
竹内	白井	横爪	横爪	白井		横爪	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
眠れる体に整えるヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)				もも尻ヨガティス (60分)	
横爪	横爪	白井				竹内	

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	
水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:15	
はじめてのホットピラティス (60分)		リンパドレッシングヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	はじめてのホットピラティス (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	
吉田		横爪	横爪	横爪		吉田	
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
お腹引き締めヨガ (60分)		滝汗ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
横爪		横爪	横爪	横爪		白井	
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	エアロピヨガ (60分)		青龍矯正ヨガ (60分)	
		吉田	白井	竹内		竹内	
			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
		免疫セラピーヨガ (60分)	金身ととのう 褒たまんまヨガ (60分)				
		白井	竹内				
		17:30 ~ 18:30					
		お腹引き締めヨガ (60分)					
		横爪					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	花粉症スッキリヨガ (60分)				エアロピヨガ (60分)	
白井	吉田	竹内				横爪	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	
もも尻ヨガティス (60分)	リンパドレッシングヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)				はじめてのホットピラティス (60分)	
竹内	横爪	竹内				吉田	
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)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)				はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
竹内	吉田	白井				吉田	

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。



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。



「ロイブのヨガ道場」★各会場12～15名限定

開催日：2026年2月～3月

開催会場：東京・茨城・福岡・富山・北海道・岐阜・広島・愛知・大阪・長野・香川

受講金額：12,000円(税込)

内容：全国各地の特別な”道場”でヨガに没頭する、短時間集中型リトリート。
普段のレッスンの中で、「これ位置で合ってるのかな?」「この感覚で合ってるのかな?」
と感じたことはありませんか?少人数制リトリートで、アシスト・アジャストを通して、
ご自身の身体に効かせるためのポイントを丁寧にお伝えいたします。

ヨガを始めたばかりの方も、長く練習を続けてきた方も、
いつもと違う空間で、とことんヨガに没頭してみませんか?