

## 2026/01/14 更新

2026/01/14 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	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	定休日	
	リンパデトックスヨガ (60分)	パワー・ヨガAdvance (会員様限定) (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)		
	前長	荒谷		呉山	荒谷	荒谷		
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
	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 FRUITY DIET (60分)		滝汗「イェト」 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		
	呉山	呉山		和平	和平	前長		
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		
	スタンダード60 (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)	スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		
	前長	荒谷		呉山	前長	荒谷		
	営業時間外	15:45 ~ 16:45		営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45
		背中美人ヨガ (60分)			もも尻ヨガティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
		呉山			和平	前長		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
		眠れる体に整えるヨガ (60分)			全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分)	特別レッスン (60分)		
	荒谷	荒谷		荒谷	荒谷	荒谷		
	17:30 ~ 18:30	営業時間外		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外		営業時間外
	全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分)			みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)			
	荒谷			和平	荒谷			
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:00					
BEAT CORE HIIT (45分)	スタンダード60 (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)					
荒谷	前長	荒谷						
20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50						
ピラティス ブートキャンプ (45分)	お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)						
呉山	和平	前長						

loIve いわ広島府中店				【 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	火							
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30							
スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		子宮温活ヨガ (60分)	ピラティス フートキャンプ (45分)	滝汗が「イッパ」 (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)							
前長	荒谷		荒谷	呉山	和平		呉山							
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:05 ~ 12:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00							
パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	全身とどのう寝たまんまヨガ (60分)		〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説	BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)							
荒谷	荒谷		和平	荒谷	呉山		荒谷							
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		12:15 ~ 13:15	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00							
セルトル美脚ヨガ (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)	全身とどのう寝たまんまヨガ (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 FRUITY DIET (60分)							
荒谷	前長		和平	荒谷	和平		呉山							
営業時間外	営業時間外		14:00 ~ 15:00	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外						
			Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)									
			荒谷	呉山	呉山									
			営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30									
17:20 ~ 17:30	営業時間外	営業時間外		セルトル美脚ヨガ (60分)	特別レッスン (60分)	営業時間外								
〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説				荒谷	和平									
和平				営業時間外	営業時間外									
17:30 ~ 18:30														
はじめてのホットピラティス (60分)		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30						17:30 ~ 18:30					
和平		子宮温活ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)						滝汗が「イッパ」 (60分)					
営業時間外		呉山	呉山						和平					
		営業時間外	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	営業時間外	営業時間外			19:15 ~ 20:15					
			ピラティス フートキャンプ (45分)	滝汗が「イッパ」 (60分)					スタンダード60 (60分)					
			呉山	和平					前長					
20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50		20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50					20:50 ~ 21:50					
滝汗が「イッパ」 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	スタンダード60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	免疫セラピーヨガ (60分)						
和平	呉山	前長	呉山					和平						

loIve いわ広島府中店		【 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	営業時間外	10:20 ~ 10:30	10:30 ~ 11:30					
背中美人ヨガ (60分)		〈ピラティス〉 レッスン前10分ポーズ解説	お腹引き締めヨガ (60分)					
呉山		和平	和平					
12:15 ~ 13:15		10:30 ~ 11:30	12:15 ~ 13:15					
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)	リンパデトックスヨガ (60分)					
和平		和平	前長					
営業時間外		12:15 ~ 13:15	14:00 ~ 14:45					
		もも尻ヨガティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)					
		和平	荒谷					
		14:00 ~ 15:00	15:45 ~ 16:45					
		子宮温活ヨガ (60分)	滝汗ダイエット (60分)					
		荒谷	和平					
		営業時間外	17:30 ~ 18:30					
			全身とどのう寝たまんまヨガ (60分)					
	荒谷							
	営業時間外							
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
スタンダード60 (60分)		ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)					
前長		呉山	呉山					
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15					
リンパデトックスヨガ (60分)		全身とどのう寝たまんまヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)					
前長		荒谷	荒谷					
20:50 ~ 21:50		20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50					
パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)					
荒谷	荒谷	呉山						

# 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。