

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 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) 浅田	定休日	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 宮下	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝	営業時間外	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 宮下	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝	10:30 ~ 11:30 全身とどのろ 寝たまんまヨガ (60分) 浅田		
12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 浅田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 山口		12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝	12:15 ~ 13:15 全身とどのろ 寝たまんまヨガ (60分) 浅田	12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝		
14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 浅田		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 宮下	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝		14:00 ~ 15:00 花粉症スッキリヨガ (60分) 宮下	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝		
15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 姥貝		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 山口	17:30 ~ 18:30 小顔リフトピラティス (60分) 浅田		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 山口	15:45 ~ 16:45 小顔リフトピラティス (60分) 浅田	15:45 ~ 16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 浅田		
営業時間外		19:15 ~ 20:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 浅田	19:15 ~ 20:15 滝汗* 'イントロ' (60分) 宮下		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 山口	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	営業時間外	17:30 ~ 18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 宮下	営業時間外
		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 山口	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下		21:00 ~ 22:00 滝汗* 'イントロ' (60分) 宮下	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 山口			

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 スタンダード60 (60分) 山口	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 山口	10:30 ~ 11:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 宮下	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 幸村	定休日	
	12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝	12:15 ~ 13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 宮下		12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮下	12:15 ~ 13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 浅田	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 宮下		
	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 山口	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 山口		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 山口	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 宮下	14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 幸村		
	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	17:30 ~ 18:30 全身とどのろ 寝たまんまヨガ (60分) 浅田		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 山口	17:30 ~ 18:30 はじめのホットピラティス (60分) 浅田	15:45 ~ 16:45 子宮温活ヨガ (60分) 浅田		15:45 ~ 16:45 滝汗* 'イントロ' (60分) 宮下
	19:15 ~ 20:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 宮下	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 浅田		19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 宮下	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 姥貝		
	21:00 ~ 22:00 滝汗* 'イントロ' (60分) 宮下	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 山口		21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 姥貝	21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) 浅田	営業時間外		

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 全身とどのろ 覆たままヨガ (60分) 浅田	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 幸村	営業時間外	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 浅田	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 浅田	10:30 ~ 11:30 オトナののための オールインワンヨガ (60分) 宮下	定休日	10:30 ~ 11:30 滝汗'イット30' (60分) 宮下	
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 山口	12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 浅田		12:15 ~ 13:15 滝汗'イット30' (60分) 宮下	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 山口	12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 浅田		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 浅田	
14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 浅田	14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 幸村		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 宮下	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 浅田	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 浅田		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下	
営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分) 浅田	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 宮下	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 山口		営業時間外	
			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 山口	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮下				
			17:30 ~ 18:30 滝汗'イット30' (60分) 宮下	17:30 ~ 18:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 浅田	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 山口			
19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 山口	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 浅田		19:15 ~ 20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 浅田	営業時間外	営業時間外		営業時間外	19:15 ~ 20:15 小顔リフトピラティス (60分) 浅田
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下	21:00 ~ 22:00 全身とどのろ 覆たままヨガ (60分) 浅田		21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 浅田					21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 山口

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 はじめてのホットピラティス (60分) 浅田	営業時間外	10:30 ~ 11:30 全身とどのろ 覆たままヨガ (60分) 浅田	10:30 ~ 11:30 滝汗'イット30' (60分) 幸村	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 山口	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 山口		
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 未確定		12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 山口	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 浅田		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下		
営業時間外		14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) 浅田	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 浅田	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 山口		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 山口		
		15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 幸村	15:45 ~ 16:30 子宮温活ヨガ (60分) 浅田	営業時間外		営業時間外		
		17:30 ~ 18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 宮下	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 宮下				17:30 ~ 18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 浅田	
19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 山口		19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下	19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 生長				19:15 ~ 20:15 全身とどのろ 覆たままヨガ (60分) 浅田	
21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 宮下		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 山口	21:00 ~ 22:00 滝汗'イット30' (60分) 宮下	営業時間外		営業時間外	定休日	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 宮下

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?