

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
8:30 ~ 9:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei	定休日					8:30 ~ 9:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura		
10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン		9:30 ~ 10:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン	9:30 ~ 10:30 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori	
12:30 ~ 13:30 産せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka		11:30 ~ 12:30 リンパドレナージュ (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 産汗ダイエット (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana	12:30 ~ 13:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei	11:30 ~ 12:30 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka	
14:30 ~ 15:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) I.Ayaka		13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	13:30 ~ 14:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	14:30 ~ 15:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	
			営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:30 ~ 17:30 スタンダード60 (60分) K.Mei	15:30 ~ 16:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka
			17:00 ~ 18:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	17:00 ~ 18:00 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Mei	17:00 ~ 18:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	17:00 ~ 18:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) I.Ayaka		
			19:00 ~ 19:45 BEAT CORE HIIT (45分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	19:00 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Sakura	19:00 ~ 19:45 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi		
			21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka		

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	定休日					8:30 ~ 9:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka		
		9:30 ~ 10:30 リンパドレナージュ (60分) K.Saori	9:30 ~ 10:30 産せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:30 もも筋ヨガティス (60分) S.Kana	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) S.Kana		
		11:30 ~ 12:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	11:30 ~ 12:30 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka	11:30 ~ 12:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	12:30 ~ 13:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) I.Ayaka		
		13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Saori	13:30 ~ 14:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	13:30 ~ 14:30 産汗ダイエット (60分) A.Sakura	14:30 ~ 15:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana		
			営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:30 ~ 16:30 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana		定休日
						17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン		
			17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン				
			19:00 ~ 20:00 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン	19:00 ~ 20:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura			
			21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana	21:00 ~ 22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura			

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
火	水	木	金	土	日	月	火
				8:30 ~ 9:15 BEAT CORE HIIT (45分) S.Kana			
9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) K.MeI		
11:30 ~ 12:30 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) S.Kana	12:30 ~ 13:30 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana	11:30 ~ 12:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) I.Ayaka		
13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	13:30 ~ 14:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:30 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana	14:30 ~ 15:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka		
営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:30 ~ 16:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	16:30 ~ 17:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	15:30 ~ 16:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	定休日	定休日
			17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スグリーン				
17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) K.MeI	17:00 ~ 18:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スグリーン	17:00 ~ 18:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) K.MeI					
19:00 ~ 20:00 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	19:00 ~ 20:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	19:00 ~ 20:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スグリーン					
21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	21:00 ~ 22:00 子音温活ヨガ (60分) I.Ayaka	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) K.MeI					

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
				8:30 ~ 9:30 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) K.Saori		
9:30 ~ 10:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	9:30 ~ 10:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	9:30 ~ 10:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) K.MeI	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 松尾		9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI
11:30 ~ 12:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana	11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	12:30 ~ 13:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori		11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) K.MeI
13:30 ~ 14:30 滝汗ダイエット (60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	13:30 ~ 14:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	13:30 ~ 14:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) A.Sakura	14:30 ~ 15:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン		13:30 ~ 14:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スグリーン
営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:30 ~ 16:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI		定休日	営業時間外
			17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sakura			
	17:00 ~ 18:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン	17:00 ~ 18:00 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi				17:00 ~ 18:00 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana
19:00 ~ 19:45 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	19:00 ~ 20:00 子音温活ヨガ (60分) I.Ayaka	19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi				19:00 ~ 19:45 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi
21:00 ~ 22:00 全身とのお腹たんまヨガ (60分) K.Aoi	21:00 ~ 22:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) スグリーン				21:00 ~ 22:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) スグリーン

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?