

## 【LAVA】店舗1dayリトリート 全店スケジュール

更新日:

開催日	開始時間	開催店舗	内容
2025/05/19(月)	9:00	そよら今治馬越	夏に向けてシェイプアップ!美しいを極めるエクササイズ!
2025/05/19(月)	18:00	ヨシヅヤ新稻沢	PARK SUNSET YOGA@稻沢公園
2025/05/20(火)	12:30	YUKALA小山	体験型!ちょっと全スタジオかじってみるリトリート
2025/05/20(火)	19:00	YUKALA小山	体験型!ちょっと全スタジオかじってみるリトリート
2025/05/20(火)	8:30	みのおキューズモール	【¥9000】Morning Park Yoga
2025/05/20(火)	18:00	横須賀中央アネックス	～病は腸から?～五月病に打ち勝つ腸活リトリート
2025/05/20(火)	9:30	横浜みなみ西口	マシピラ塾Basic編
2025/05/20(火)	10:00	小牧郷中	kickboxingにチャレンジ!3時間密着リトリート
2025/05/20(火)	18:30	小牧郷中	kickboxingにチャレンジ!3時間密着リトリート
2025/05/20(火)	9:00	大阪上本町	パーソナルレッスン
2025/05/20(火)	13:00	東浦	自分の身体を知るピラティス
2025/05/21(水)	10:30	上石神井	カラダの奥から潤う、自然を浴びるパークヨガ
2025/05/22(木)	18:30	イオンタウン磐田	きほんのき～後屈編～
2025/05/22(木)	18:30	イオンモール新発田	みんなで楽しくやろう!!アーサナ練習会
2025/05/22(木)	12:00	銀座グラッセ	3時間10000円マシンピラティス少人数限定セミパーソナル
2025/05/22(木)	8:00	犬山	自然を感じながらパークヨガ
2025/05/22(木)	14:00	五位堂	パワーヨガ初級に出てくるポーズの解説と練習 午後の部
2025/05/22(木)	19:00	五位堂	パワーヨガ初級に出てくるポーズの解説と練習 夜の部
2025/05/22(木)	10:00	溝の口	使い方が分かれば、カラダが変わる!～初回特別コース～
2025/05/22(木)	9:00	香椎	私のトリセツ
2025/05/22(木)	10:00	札幌南口	寺ヨガ
2025/05/22(木)	10:00	志村坂上	ヨガベーシック徹底解説
2025/05/22(木)	19:00	新宿東口	肩甲骨のポテンシャルspecial
2025/05/22(木)	9:30	青葉台	腸を制する3時間～ファスティング入門編～
2025/05/22(木)	9:00	美濃加茂	ビギナー キックボクシングクラス
2025/05/23(金)	11:00	いこらも～る泉佐野	骨盤矯正道場
2025/05/23(金)	8:30	おかげわマイン	夏に向けて一緒にエクササイズ
2025/05/23(金)	8:00	パティオ上越	またたりハイキング!自然と戯れるヨガリトリート
2025/05/23(金)	12:00	ビバモール和泉中央	陰ヨガ～筋肉を緩める～
2025/05/23(金)	19:00	ミソラタウン掛川	デスクワーカーのための姿勢改善ヨガリトリート
2025/05/23(金)	10:30	モラージュ佐賀	美姿勢ヨガ
2025/05/23(金)	10:00	湘南台	ヨガのきほん
2025/05/23(金)	10:00	町田	PWヨガリトリート ブリッヂ&鳩のポーズ徹底解説編
2025/05/23(金)	10:00	入間アイポット	もっと基礎を深める!マシンピラティス解説講座

※スケジュールは急遽変更となる可能性があります

※ご予約・お問い合わせに関しての詳細は、店舗スタッフにお声かけください

## 【LAVA】店舗1dayリトリート 全店スケジュール

更新日:

開催日	開始時間	開催店舗	内容
2025/05/23(金)	10:00	本厚木	Park Yoga
2025/05/24(土)	19:00	お花茶屋	お花寺子屋～2025春～vol.1 基本ポーズ攻略法
2025/05/24(土)	8:00	ららぽーと沼津	五感で感じる非日常空間
2025/05/24(土)	13:00	荻窪	アーサナ研究所～アシュタンガヨガ編～
2025/05/24(土)	18:30	喜連瓜破	太陽礼拝徹底解剖
2025/05/24(土)	17:30	京都モモテラス	Fun Shape 大解説!!
2025/05/24(土)	19:00	銀座本	マシンピラティス基本のき
2025/05/24(土)	18:00	月島	ASANA研究会～中級～
2025/05/24(土)	10:00	高松	五感で美しい自然を感じるリトリート～女木島編～
2025/05/24(土)	18:00	三木志染	陰ヨガと食養生～梅雨に向けてのカラダのケア～
2025/05/24(土)	11:00	十三	そうだ!海に行こう!
2025/05/24(土)	17:00	成城学園前	浮遊!初めての逆転 ヘッドスタンド&アームバランス
2025/05/24(土)	8:30	大井松田	parkyoga×parkgolf
2025/05/24(土)	15:00	大宮ラクーン	限界突破リトリート
2025/05/24(土)	18:00	大塚	大人の職業体験
2025/05/24(土)	15:00	梅田	癒しの1dayリトリート
2025/05/24(土)	18:30	平塚	NatsumiとMaiのオリジナルエクササイズ★
2025/05/24(土)	19:00	北千住	はじめてのエナジーヨガリトリート
2025/05/24(土)	14:00	練馬	TAPASの実践
2025/05/25(日)	18:30	イオンモール長久手	癒しのアーユルヴェーダ
2025/05/25(日)	11:00	くりえいと宗像	カレーとアーシング芝生ヨガ
2025/05/25(日)	8:00	金沢文庫	五感で感じるリアルネイチャーヨガ
2025/05/25(日)	15:30	金沢文庫	五感で感じるリアルネイチャーヨガ
2025/05/25(日)	18:30	銀座本	3時間 10000円バレエトレーニング
2025/05/25(日)	18:30	三ノ宮駅前	西田×松田 ヨガ×アーユルヴェーダ×キャンドル
2025/05/25(日)	10:00	天王寺	park yoga～自分を開放する時間～
2025/05/25(日)	10:00	東武練馬	なっちゃん・こっちゃんパークヨガ～みんなと仲良くなりたい!の巻～
2025/05/25(日)	9:00	日暮里	1dayリトリート
2025/05/25(日)	18:30	拝島	基本のポーズが楽しく取れるようになる! ベーシックポーズ解説
2025/05/25(日)	10:00	府中	SUNSUN beach yoga
2025/05/27(火)	17:00	イオンフードスタイル港南台	3時間でしっかりカラダを燃やす? 1Day retreat
2025/05/27(火)	9:00	イオンモール新利府	知らないと損!!美尻ヨガの効果をあげる秘訣
2025/05/27(火)	14:00	ジョー・プラ松山	腸活リトリート
2025/05/27(火)	12:00	トライアル手稲	第二弾! ?テク!楽しく学ぶアームバランスのコツ

※スケジュールは急遽変更となる可能性があります

※ご予約・お問い合わせに関しての詳細は、店舗スタッフにお声かけください

## 【LAVA】店舗1dayリトリート 全店スケジュール

更新日:

開催日	開始時間	開催店舗	内容
2025/05/27(火)	18:00	トライアル手稻	第二弾! ?テク!楽しく学ぶアームバランスのコツ
2025/05/27(火)	18:30	マイプラザ南富山	甲菜×美幸コラボリトリート 私を満たすYOGA時間
2025/05/27(火)	11:00	下北沢	みんなでパークヨガ～自然を感じよう～
2025/05/27(火)	19:00	多摩センター	FSD解説リトリート
2025/05/27(火)	9:00	大阪上本町	ハトのポーズ攻略
2025/05/27(火)	13:00	大阪上本町	ハトのポーズ攻略
2025/05/27(火)	9:00	大和八木	1日ファスティング
2025/05/27(火)	17:00	東浦	ヨガの基本のき
2025/05/29(木)	9:30	イオンタウン諫早西部台	寺ヨガ～心の浄化～
2025/05/29(木)	9:00	イオンモール秋田	自分の姿勢を分析して理想の体を手に入れよう!
2025/05/29(木)	13:00	イオンモール秋田	自分の姿勢を分析して理想の体を手に入れよう!
2025/05/29(木)	19:00	イオンモール秋田	自分の姿勢を分析して理想の体を手に入れよう!
2025/05/29(木)	9:30	ゆめモール西条	滝汗!爽快!癒しヨガ
2025/05/29(木)	18:30	宇治大久保	しなやかな股関節・美しい姿勢をつくる1dayリトリート
2025/05/29(木)	9:00	茅ヶ崎	Animal Flowで自分の可能性を広げよう
2025/05/29(木)	13:00	吉祥寺	股関節大革命～あなたの股関節の可動域を確実に広げる3時間～
2025/05/30(金)	11:00	アピタ新守山	パークヨガ～視覚・聴覚・味覚で感じる癒しの時間～
2025/05/30(金)	10:00	イオンタウン伊勢ララパーク	ヨガのポーズの理解を深めよう
2025/05/30(金)	18:00	イオンタウン伊勢ララパーク	ヨガのポーズの理解を深めよう
2025/05/30(金)	10:00	えきまち一丁目佐世保	逆さまヨガ
2025/05/30(金)	18:00	えきマチ一丁目佐世保	エナジーヨガ練習会
2025/05/30(金)	19:00	ディオス北千里	逆転ポーズの基本リトリート
2025/05/30(金)	18:00	ブランチ仙台	プラネタリウムネイチャーフィールヨガ
2025/05/30(金)	10:30	フレスピ小田原シティーモール	みほと学ぼう!ヨガ入門編～ヤマ・ニヤマについて～
2025/05/30(金)	18:30	フレスピ小田原シティーモール	みほと学ぼう!ヨガ入門編～ヤマ・ニヤマについて～
2025/05/30(金)	13:30	ライフガーデン神栖	極めるピラティス～下半身編～
2025/05/30(金)	9:00	喜連瓜破	モーニングビーチヨガ
2025/05/30(金)	10:00	喜連瓜破	喜連瓜破スペシャルデー
2025/05/30(金)	9:00	京都三条	新緑を感じるヨガ
2025/05/30(金)	9:00	高島平	ASANA研究会～基本ポーズの追求～
2025/05/30(金)	18:30	笛塚	ご自愛dreaming yoga
2025/05/30(金)	10:00	鹿児島天文館	ミヅキ式180度開脚
2025/05/30(金)	9:00	新百合ヶ丘	リラックスヨガ大解剖スペシャル
2025/05/30(金)	9:00	西鉄二日市	1dayリトリート ブリッジを深める!

※スケジュールは急遽変更となる可能性があります

※ご予約・お問い合わせに関しての詳細は、店舗スタッフにお声かけください

## 【LAVA】店舗1dayリトリート 全店スケジュール

更新日:

開催日	開始時間	開催店舗	内容
2025/05/30(金)	19:00	西鉄二日市	1dayリトリート ブリッジを深める!
2025/05/30(金)	15:30	草津	カラダメンテヨガ～もっと深くヨガを知る日～
2025/05/30(金)	19:00	草津	カラダメンテヨガ～もっと深くヨガを知る日～
2025/05/30(金)	10:00	板宿	るいななどビーチで遊ぼうリトリート
2025/05/30(金)	18:30	飯田	Night YOGA
2025/05/30(金)	19:00	浜松	呼吸マスター
2025/05/30(金)	9:00	福山	1DAYリトリート 良い加減ヨガ
2025/05/30(金)	18:00	福山	1DAYリトリート 良い加減ヨガ
2025/05/31(土)	12:00	ゆめタウン廿日市	サウナ×ヨガ～極上の整い～
2025/05/31(土)	16:30	成増	夏に向けて シェイプアップ!!～動いた後はみんなでご飯～
2025/05/31(土)	10:00	中目黒	股関節革命WS
2025/06/01(日)	10:00	えきマチ一丁目佐世保	親子ヨガ
2025/06/03(火)	10:00	津田沼	自分の底を知る 骨盤呼吸YOGA
2025/06/03(火)	9:00	藤沢駅前	ポーズ力UP 集中トレーニング
2025/06/04(水)	18:00	岸和田カンカンベイサイドモール	ビギナーリトリート
2025/06/06(金)	13:30	甲府	アジャスト満載!“効かせる”ハタスタイルヨガ～Ver.1～
2025/06/06(金)	19:00	甲府	アジャスト満載!“効かせる”ハタスタイルヨガ～Ver.2～
2025/06/06(金)	10:00	長崎屋小樽	今更聞けないヨガの基礎
2025/06/07(土)	10:00	ジョー・プラ松山	ドッグヨガ～シニア期に向き合う～
2025/06/07(土)	9:30	吉祥寺	パワーストーンとヨガで『氣』を整えるリトリート
2025/06/10(火)	11:00	ジョー・プラ松山	お寺ヨガリトリート
2025/06/10(火)	12:00	喜連瓜破	寺ヨガ～心と体を整える～
2025/06/10(火)	9:00	大和八木	骨格
2025/06/12(木)	12:00	イーアスつくば	美しく育む骨盤矯正ワークショップ①
2025/06/12(木)	18:30	イーアスつくば	美しく育む骨盤矯正ワークショップ②
2025/06/12(木)	19:00	西尾	マシンピラティスセミパーソナル
2025/06/13(金)	9:00	イオンタウン君津	Mindfulness healing Retreat
2025/06/13(金)	18:30	イオンタウン君津	Mindfulness healing Retreat
2025/06/13(金)	19:00	ディオス北千里	ステップアップの逆転
2025/06/13(金)	18:30	フレスポ小田原シティモール	関節の個体差を知り、股関節の柔軟性を高めるリトリート
2025/06/13(金)	10:30	モラージュ佐賀	リンパデトックスヨガ
2025/06/13(金)	10:00	うらぽーと柏の葉	代謝UP×有酸素運動～ダイエットのお悩みとはもうおさらば～
2025/06/13(金)	18:00	高松	月の満ち欠け連想ヨガを紐解こう!!!
2025/06/13(金)	9:00	草津	ピラティスでメリハリボディ作り

※スケジュールは急遽変更となる可能性があります

※ご予約・お問い合わせに関しての詳細は、店舗スタッフにお声かけください

## 【LAVA】店舗1dayリトリート 全店スケジュール

更新日:

開催日	開始時間	開催店舗	内容
2025/06/14(土)	14:00	イオンタウン君津	Mindfulness healing Retreat in Ebisu
2025/06/14(土)	10:00	湘南台	ふみ塾★快適に生きるためのヒント～ヨガの教えを日常に生かす～
2025/06/14(土)	10:30	蒂広	お寺deヨガ
2025/06/17(火)	10:00	BiVi藤枝	スペシャルダンスレッスン～エクササイズクラスが3倍楽しくなる～
2025/06/17(火)	15:00	BiVi藤枝	「使う」から「緩める」まで
2025/06/17(火)	10:00	祝園	ヨガビギナー徹底解説WS
2025/06/17(火)	19:00	祝園	ヨガビギナー徹底解説WS
2025/06/17(火)	9:00	大和八木	骨格を知るWS vol.1
2025/06/19(木)	10:00	茅ヶ崎	ヨガ哲学とアーサナの基礎
2025/06/19(木)	10:00	札幌南口	季節に寄り添う中医学
2025/06/19(木)	18:30	札幌南口	季節に寄り添う中医学
2025/06/19(木)	9:00	山梨中央	Fun Shape Festival
2025/06/20(金)	13:00	イオン札幌元町	一度学ぶと一生役立つカラダの基礎知識～呼吸と姿勢を知ろう～
2025/06/20(金)	18:30	イオン札幌元町	一度学ぶと一生役立つカラダの基礎知識～呼吸と姿勢を知ろう～
2025/06/20(金)	9:00	ビッグホップガーデンモール印西	疲れリセット 癒しの1DAYリトリート
2025/06/21(土)	11:00	川越	SUP×YOGA
2025/06/21(土)	19:00	多摩センター	selfcareを知る アーユルヴェーダリトリート
2025/06/24(火)	18:45	ジョー・プラ松山	Y字バランスのための柔軟性・体幹強化
2025/06/24(火)	9:00	向ヶ丘遊園	ハトのポーズ～後屈を深めよう～
2025/06/26(木)	9:00	茅ヶ崎	筋膜アライメントヨガ～下半身ボディメイク編～
2025/06/27(金)	13:00	イオン札幌元町	みぽりんの姿勢改善講座～自分の姿勢タイプを知ろう～
2025/06/27(金)	13:00	イオン札幌元町	一度学ぶと一生役立つカラダの基礎知識～呼吸と姿勢を知ろう～
2025/06/27(金)	18:30	イオン札幌元町	一度学ぶと一生役立つカラダの基礎知識～呼吸と姿勢を知ろう～
2025/06/27(金)	18:30	イオン札幌元町	みぽりんの姿勢改善講座～自分の姿勢タイプを知ろう～
2025/06/27(金)	13:00	ビッグホップガーデンモール印西	ホイールと仲良くなる1DAYリトリート
2025/06/27(金)	18:00	松戸	初夏の陰ヨガヒーリングリトリート
2025/06/27(金)	9:00	東戸塚	夏まで追い込み!FunFunFunShapeリトリート♪
2025/06/28(土)	18:30	イオンモール新発田	自律神経を整えるヨガ
2025/06/28(土)	18:30	茨木	夏に向けて★上半身を引き締めよう★
2025/06/29(日)	10:00	茨木	古民家ヨガ
2025/06/29(日)	9:00	茂原	アームバランス練習会
2025/06/29(日)	14:00	茂原	アームバランス練習会
2025/07/01(火)	10:00	藤沢駅前	日常の過ごし方が変わる!ヨガの智慧
2025/07/01(火)	17:00	藤沢駅前	これを知れば、1時間のレッスンが変わる!効果的なポーズのとり方

※スケジュールは急遽変更となる可能性があります

※ご予約・お問い合わせに関しての詳細は、店舗スタッフにお声かけください

## 【LAVA】店舗1dayリトリート 全店スケジュール

更新日:

開催日	開始時間	開催店舗	内容
2025/07/03(木)	13:00	茅ヶ崎	More Latin Dance Exercise
2025/07/04(金)	10:30	モラージュ佐賀	陰ヨガ
2025/07/15(火)	9:00	大和八木	骨格を知るWS vol.2
2025/07/29(火)	8:30	BiVi藤枝	park yoga～in石津海岸公園～
2025/09/26(金)	9:00	モラージュ佐賀	SUPYOGA

※スケジュールは急遽変更となる可能性があります

※ご予約・お問い合わせに関しての詳細は、店舗スタッフにお声かけください