

【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                              |
|---------------|-------|------------|---------------------------------|
| 2026/04/06(月) | 11:00 | イオンタウン磐田   | ご縁に感謝リトリート                      |
| 2026/04/08(水) | 11:00 | 近鉄八尾       | お花見リトリート                        |
| 2026/04/09(木) | 9:30  | アシコタウンあしかが | お寺でYOGA                         |
| 2026/04/09(木) | 10:00 | イーアスつくば    | 「効かせるピラティスUpper / Back&Arms」    |
| 2026/04/09(木) | 11:30 | イオンモール新発田  | ダイエットヨガリトリート                    |
| 2026/04/09(木) | 13:00 | 新宿東口       | ピラティス練習会                        |
| 2026/04/10(金) | 13:30 | イオンタウン君津   | リストラティブヨガリトリート                  |
| 2026/04/10(金) | 18:30 | イオンタウン君津   | リストラティブヨガリトリート                  |
| 2026/04/10(金) | 9:00  | イオンタウン成田富里 | さくらとバクティフローヨガ                   |
| 2026/04/10(金) | 18:00 | イオンモール大牟田  | Dance×Yogaリトリート                 |
| 2026/04/10(金) | 12:00 | イオンモール津南   | 春のデトックス!                        |
| 2026/04/10(金) | 18:00 | イオンモール津南   | 春のデトックス!                        |
| 2026/04/10(金) | 11:00 | おけがわマイン    | 自然とひとつに、私を癒す贅沢なひととき。            |
| 2026/04/10(金) | 9:30  | 銀座本店       | マシンピラティス きほんのき                  |
| 2026/04/10(金) | 9:00  | 西神中央       | ヨガビギナーポーズ解説                     |
| 2026/04/10(金) | 13:00 | 府中         | やさしく整えるダウンドッグ                   |
| 2026/04/11(土) | 18:30 | 下高井戸       | 大腰筋リトリート～お腹の奥から動く3時間～           |
| 2026/04/11(土) | 18:30 | 銀座本店       | マシンピラティス きほんのほ                  |
| 2026/04/11(土) | 18:00 | 大塚         | はじめてのアーユルヴェーダ～自分の体質を知って快適なカラダへ～ |
| 2026/04/12(日) | 13:00 | 亀有         | 加藤正雄とパークヨガ                      |
| 2026/04/14(火) | 13:00 | マイプラザ南富山   | PILATES BEAT FLOW               |
| 2026/04/14(火) | 18:00 | マイプラザ南富山   | PILATES BEAT FLOW               |
| 2026/04/14(火) | 18:00 | 宇都宮        | ヨガベーシック徹底解説                     |
| 2026/04/16(木) | 10:00 | イオンモール堺北花田 | 春ヨガ遠足 ～モールフラワーづくりと青空ヨガでととのう春の1日 |
| 2026/04/16(木) | 10:00 | イオンモール出雲   | カラダと心を満たす3時間 ～「骨盤」「股関節」と向き合う～   |
| 2026/04/16(木) | 9:00  | くりえいと宗像    | 基礎ポーズ徹底解説                       |
| 2026/04/16(木) | 12:00 | つくばみらい     | 初心者大歓迎!マシンピラ練習会                 |
| 2026/04/16(木) | 17:00 | つくばみらい     | 初心者大歓迎!マシンピラ練習会                 |
| 2026/04/16(木) | 18:30 | ながの東急      | 丁寧に使い方を学ぶ アーサナ練習会               |
| 2026/04/16(木) | 19:00 | 高島平        | ASANA研究会～逆転&アームバランス～            |
| 2026/04/16(木) | 9:30  | 札幌南口       | マシンピラティス下半身集中講座                 |
| 2026/04/16(木) | 14:00 | 札幌南口       | マシンピラティス下半身集中講座                 |
| 2026/04/16(木) | 18:30 | 札幌南口       | マシンピラティス下半身集中講座                 |
| 2026/04/16(木) | 10:00 | 山梨中央       | 僧帽筋、休ませます。                      |

※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・お問い合わせに関する詳細は、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                                       |
|---------------|-------|-------------|--|
| 2026/04/16(木) | 19:00 | 山梨中央        | 僧帽筋、休ませます。                               |
| 2026/04/17(金) | 18:00 | イオンモール三川    | はじめてのヨガ                                  |
| 2026/04/17(金) | 12:00 | 関内          | “できるかも”をつくるピラティス1DAYリトリート～5月を安心して迎えるために～ |
| 2026/04/17(金) | 18:00 | 関内          | “できるかも”をつくるピラティス1DAYリトリート～5月を安心して迎えるために～ |
| 2026/04/17(金) | 10:00 | 金山          | 柔軟の基本のき～筋肉の作用を理解して柔軟性を高めよう～              |
| 2026/04/17(金) | 18:00 | 金山          | 柔軟の基本のき～筋肉の作用を理解して柔軟性を高めよう～              |
| 2026/04/17(金) | 13:00 | 熊谷ニットモール    | 骨格から体を整える～快適で理想の体を手に入れよう～                |
| 2026/04/17(金) | 12:00 | 札幌大通        | ポーズを知ろう!ポーズの基本のキ                         |
| 2026/04/17(金) | 18:00 | 札幌大通        | ポーズを知ろう!ポーズの基本のキ                         |
| 2026/04/17(金) | 9:00  | 豊田市駅前       | ヨガフローアドバンス×陰ヨガ                           |
| 2026/04/18(土) | 18:30 | 亀有          | 【3時間12,000円】大地にはびこるマンパワー                 |
| 2026/04/18(土) | 20:00 | 川口          | PARKYOGA～春風を五感で感じよう～                     |
| 2026/04/18(土) | 9:00  | 相模原         | RUN×YOGA                                 |
| 2026/04/18(土) | 17:00 | 入間アイポット     | はじめてのアーユルヴェーダ 春編                         |
| 2026/04/19(日) | 10:30 | 三木志染        | ASANA PRACTICE!@秘密基地                     |
| 2026/04/22(水) | 10:00 | 戸塚          | 自己調整力を高めよう～アロマスプレーづくり～                   |
| 2026/04/22(水) | 9:00  | 垂水          | レッスン受け放題フェスティバル                          |
| 2026/04/22(水) | 10:00 | 多摩センター      | 春のドッグヨガ                                  |
| 2026/04/24(金) | 10:00 | イオンタウン成田富里  | 骨盤美尻WS                                   |
| 2026/04/24(金) | 18:00 | イオンタウン成田富里  | 骨盤美尻WS                                   |
| 2026/04/24(金) | 9:30  | シティタワー武蔵小杉  | 疲れを手放すヨガ                                 |
| 2026/04/24(金) | 18:00 | 戸塚          | flow & sound reset リトリート                 |
| 2026/04/24(金) | 15:00 | 青森浜田        | Backbend（後屈）の実践                          |
| 2026/04/24(金) | 19:00 | 青森浜田        | Backbend（後屈）の実践                          |
| 2026/04/24(金) | 14:00 | 立川北口        | フローティングヨガを楽しみ尽くす!1dayリトリート               |
| 2026/04/24(金) | 19:00 | 立川北口        | フローティングヨガを楽しみ尽くす!1dayリトリート               |
| 2026/04/25(土) | 13:00 | アクロスプラザ市原更級 | 心と身体を整えるリトリート                            |
| 2026/04/25(土) | 18:00 | 銀座本店        | みんなで楽しくASANA練習会～後屈・逆転～                   |
| 2026/04/26(日) | 19:00 | ランチ仙台       | 開脚べったりヨガ                                 |
| 2026/04/26(日) | 19:00 | 大阪上本町       | 骨格WS vol.2                               |
| 2026/04/28(火) | 19:00 | YUKALA小山    | ヨガの基盤をつくる3時間                             |
| 2026/04/28(火) | 18:30 | イオンタウン札幌平岡  | 美尻ヨガ解説リトリート                              |
| 2026/04/28(火) | 10:00 | トライアル手稲     | お花見SUP×ヨガ                                |
| 2026/04/29(水) | 10:00 | 青森浜田        | Backbend（後屈）の実践                          |

※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・お問い合わせに関する詳細は、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                          |
|---------------|-------|------------|-----------------------------|
| 2026/04/29(水) | 14:00 | 青森浜田       | Backbend（後屈）の実践             |
| 2026/04/29(水) | 18:30 | 池袋東口       | 【3時間10,000円】おやすみ前の陰ヨガ       |
| 2026/04/30(木) | 19:00 | 真岡         | 歩き方、立ち方が変わる!自分に自信がつく美脚メイク   |
| 2026/05/01(金) | 9:00  | 札幌琴似       | 五感で癒されるアーシングヨガ～農試公園でお花見ヨガ～  |
| 2026/05/03(日) | 13:00 | 銀座本店       | 初夏を感じるお寺ヨガ～養源寺～             |
| 2026/05/05(火) | 9:30  | シティタワー武蔵小杉 | こども向けはじめてのヨガ                |
| 2026/05/12(火) | 9:00  | たまプラーザ     | ビーチヨガ&陶芸体験～春のお出かけ～          |
| 2026/05/14(木) | 10:00 | 茅ヶ崎        | 【3時間有料リトリート】yoga + props    |
| 2026/05/14(木) | 10:00 | 北須磨        | SAIKOカムバックretreat!第1部       |
| 2026/05/14(木) | 17:00 | 北須磨        | SAIKOカムバックretreat!第2部       |
| 2026/05/15(金) | 13:00 | モレラ岐阜      | 春のお寺ヨガ ～大人の“こどもの日”～         |
| 2026/05/16(土) | 9:00  | 入間アイポット    | “変化の中で、わたしに還る” YOGA RETREAT |
| 2026/05/16(土) | 9:00  | 梅田         | 新緑の曼陀羅 - わたしをひらく3時間         |
| 2026/05/17(日) | 9:30  | 柏          | Green Breeze Park Yoga      |
| 2026/05/21(木) | 10:00 | 茅ヶ崎        | ヨガラティス×ボディメイク               |
| 2026/05/22(金) | 11:00 | イオンタウン吉川美南 | アーサナ練習会～肩・股関節ぐなぐなFLOW～      |
| 2026/05/22(金) | 17:00 | イオンモール名取   | 【選択と集中】目標達成リトリート            |
| 2026/05/22(金) | 9:00  | 銀座本店       | マシンピラティス きほんのほ              |
| 2026/05/23(土) | 13:00 | 拝島         | Park yoga & BBQ             |
| 2026/05/24(日) | 17:00 | 入間アイポット    | Basic + 徹底ポーズ解説             |
| 2026/05/26(火) | 9:30  | YUKALA小山   | セミパーソナル【ヨガの基盤を作る3時間】        |
| 2026/05/29(金) | 9:00  | 西神中央       | 初めてのアーユルヴェーダ                |
| 2026/05/30(土) | 10:00 | 茂原         | 寺ヨガリトリート                    |
| 2026/06/05(金) | 10:00 | 札幌琴似       | 寺ヨガと写経                      |
| 2026/06/11(木) | 10:00 | 茅ヶ崎        | AnimalFlowで可能性を広げよう第3弾      |

※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・お問い合わせに関する詳細は、店舗スタッフにお声かけください