

【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   |
|---------------|-------|------------------------|--|
| 2026/05/19(火) | 19:00 | イオンモール新利府              | MUSIC YOGA                                       |
| 2026/05/19(火) | 10:00 | 橋本                     | ココロ・カラダ整う Park Yoga                              |
| 2026/05/19(火) | 9:00  | 多摩センター                 | 腸活とインナー強化で美bodyを目指す3時間                           |
| 2026/05/19(火) | 10:00 | 東浦                     | ピラティス1DAYリトリート                                   |
| 2026/05/19(火) | 18:00 | 東浦                     | ピラティス1DAYリトリート                                   |
| 2026/05/20(水) | 10:00 | 蒲田西口                   | 後屈3時間ポーズ解説と練習WS                                  |
| 2026/05/20(水) | 9:00  | 亀有                     | 【3時間12,000円】Affirmative Action                   |
| 2026/05/20(水) | 18:30 | 亀有                     | 【3時間12,000円】Affirmative Action                   |
| 2026/05/21(木) | 9:30  | つくばみらい                 | 夏前リセット!おなかとわたしを整える3時間                            |
| 2026/05/21(木) | 10:00 | 茅ヶ崎                    | ヨガピラティス×ボディメイク                                   |
| 2026/05/21(木) | 14:00 | 渋谷                     | Inner Unit Yoga 解説リトリート                          |
| 2026/05/21(木) | 19:00 | 渋谷                     | Inner Unit Yoga 解説リトリート                          |
| 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) | 13:30 | イオンタウン君津               | リストラティブヨガリトリート                                   |
| 2026/05/22(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                                   |
| 2026/05/22(金) | 14:00 | イオンタウン東習志野             | 骨格を知り、自分を知るリトリート                                 |
| 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) | 17:00 | シーモール下関                | 呼吸と香りで整う夜のリトリート                                  |
| 2026/05/22(金) | 18:00 | ピアシティ荒川本郷              | Smart Face Yoga                                  |
| 2026/05/22(金) | 11:00 | ピバモール加須                | 自分史上最高の柔軟性を手に入れるリトリート                            |
| 2026/05/22(金) | 10:00 | ルビットパーク岡崎              | 味噌ヨガクラス  |
| 2026/05/22(金) | 9:00  | 銀座本店                   | マシンピラティス きほんのほ                                   |
| 2026/05/22(金) | 16:30 | 銀座本店                   | マシンピラティス きほんのき                                   |
| 2026/05/22(金) | 19:00 | 青森浜田                   | 縦開脚に必要な絶対要素                                      |
| 2026/05/22(金) | 11:00 | 大田原                    | 自分を整える春  |
| 2026/05/22(金) | 19:00 | 大田原                    | 自分を整える春  |
| 2026/05/22(金) | 10:00 | 天王寺                    | 知るほど楽しいマシンピラティスHot Active Core～なんとなく、から卒業～       |
| 2026/05/22(金) | 9:00  | 武蔵小杉 Kosugi 3rd Avenue | Park YOGA  |
| 2026/05/22(金) | 10:00 | 豊田市駅前                  | 癒しのアーユルヴェーダ&陰ヨガ                                  |
| 2026/05/22(金) | 10:30 | 名古屋mozoワンダーシティ         | ピラティスセミパーソナルレッスン                                 |
| 2026/05/22(金) | 18:30 | 名古屋mozoワンダーシティ         | ピラティスセミパーソナルレッスン                                 |
| 2026/05/23(土) | 9:00  | イオンモール長久手              | エネルギーチャージヨガ                                      |
| 2026/05/23(土) | 9:00  | くりえいと宗像                | パークヨガリトリート～大人の大運動会～                              |
| 2026/05/23(土) | 19:15 | ららぽーと柏の葉               | Fun Shapeをより楽しむための1dayリトリート ～Fun Shape Perfect編～ |

※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                                   |
|---------------|-------|---------------|--------------------------------------|
| 2026/05/23(土) | 19:00 | 下高井戸          | 身体とココロを整える自分のための時間～肩こり～              |
| 2026/05/23(土) | 18:00 | 亀有            | 【3時間12,000円】完全座学十二支の話～基礎編～           |
| 2026/05/23(土) | 18:15 | 銀座本店          | みんな楽しくASANA練習会                       |
| 2026/05/23(土) | 18:00 | 月島            | この夏痩せやすいカラダに～ホルモンと解剖学で体の内側から帰る3時間～   |
| 2026/05/23(土) | 19:00 | 十三            | 色で整うヨガ時間                             |
| 2026/05/23(土) | 12:00 | 上福岡           | SUP×YOGA                             |
| 2026/05/23(土) | 13:00 | 拝島            | Park yoga & BBQ                      |
| 2026/05/23(土) | 19:00 | 豊田市駅前         | 癒しのアーユルヴェーダ&陰ヨガ                      |
| 2026/05/23(土) | 18:30 | 明石二見          | 昭和に戻ろう!Let's エアロビクス・オリジナルボクシングエクササイズ |
| 2026/05/23(土) | 10:00 | 六甲道           | 犬とわたしとヨガと～しっぽがゆれる、こころがゆれる～           |
| 2026/05/24(日) | 8:00  | ゆめタウン廿日市      | ～五感に浸る～ 森林浴ヨガ                        |
| 2026/05/24(日) | 18:30 | 銀座本店          | 3時間 10,000円バリエイトレーニング                |
| 2026/05/24(日) | 14:00 | 笹塚            | Park Yoga                            |
| 2026/05/24(日) | 18:30 | 上石神井          | さくらリトリート                             |
| 2026/05/24(日) | 8:30  | 西鈴蘭台          | Seaside YOGA retreat Part2           |
| 2026/05/24(日) | 10:00 | 大和王寺          | れいやんの青空教室withいっさ                     |
| 2026/05/24(日) | 17:00 | 入間アイポット       | Basic+ 徹底ポーズ解説                       |
| 2026/05/24(日) | 18:30 | 豊川            | ヨガとおみそ                               |
| 2026/05/24(日) | 9:00  | 豊田市駅前         | 春のパークヨガ                              |
| 2026/05/25(月) | 10:00 | 五位堂、イオンタウン富雄南 | 春の運動会                                |
| 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】                 |
| 2026/05/26(火) | 10:00 | たまプラーザ        | 骨格診断×ピラティス                           |
| 2026/05/26(火) | 10:30 | フルルガーデン八千代    | マシンピラティスリトリート                        |
| 2026/05/26(火) | 10:00 | 宇都宮           | パークヨガ                                |
| 2026/05/26(火) | 18:30 | 赤坂            | アドバンスポーズ×陰ヨガ                         |
| 2026/05/26(火) | 9:00  | 多摩センター        | お寺ヨガ                                 |
| 2026/05/26(火) | 19:00 | 大井松田          | やってみたら変わる!上達への3時間～前屈編～               |
| 2026/05/26(火) | 18:00 | 東浦            | ヨガの基本のキを知ろう!                         |
| 2026/05/26(火) | 9:00  | 柏             | "perfect Back Body"ポーズ解説リトリート        |
| 2026/05/26(火) | 14:00 | 柏             | "perfect Back Body"ポーズ解説リトリート        |
| 2026/05/27(水) | 10:30 | 上石神井          | さくらリトリート                             |
| 2026/05/28(木) | 10:00 | イオンモール出雲      | 第5回ヨガ哲学超入門!!愛と瞑想を深める哲学さんぽ            |
| 2026/05/28(木) | 9:30  | 綾瀬            | ホイール1DAYマスター                         |
| 2026/05/28(木) | 18:30 | 綾瀬            | ホイール1DAYマスター                         |

※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   |
|---------------|-------|------------------------|--|
| 2026/05/28(木) | 9:30  | 浦和                     | 私の為のアライメントヨガ                                   |
| 2026/05/28(木) | 9:00  | 十三                     | 色で整うヨガ時間                                       |
| 2026/05/28(木) | 19:00 | 美濃加茂                   | バランスポーズ練習会                                     |
| 2026/05/28(木) | 18:30 | 立川北口                   | 音とわたしを繋ぐYOGA                                   |
| 2026/05/29(金) | 9:00  | イオンモール名古屋茶屋            | 悩みを吹き飛ばす!下半身メイクのコツ!                            |
| 2026/05/29(金) | 14:00 | イオンモール名古屋茶屋            | 悩みを吹き飛ばす!下半身メイクのコツ!                            |
| 2026/05/29(金) | 19:00 | イオンモール名古屋茶屋            | 悩みを吹き飛ばす!下半身メイクのコツ!                            |
| 2026/05/29(金) | 10:30 | いごらも〜る泉佐野              | English Yoga                                   |
| 2026/05/29(金) | 18:00 | 銀座本店                   | 柔軟性アップ特別講座〜前屈・開脚〜                              |
| 2026/05/29(金) | 18:00 | 銀座本店                   | 柔軟性アップ特別講座〜前屈・開脚〜                              |
| 2026/05/29(金) | 19:00 | 銀座本店                   | ディープしてつ  |
| 2026/05/29(金) | 12:00 | 札幌大通                   | Candle Yoga                                    |
| 2026/05/29(金) | 18:00 | 札幌大通                   | Candle Yoga                                    |
| 2026/05/29(金) | 10:00 | 寝屋川市                   | アドバンスポーズ解説                                     |
| 2026/05/29(金) | 9:00  | 西神中央                   | 初めてのアーユルヴェーダ                                   |
| 2026/05/29(金) | 18:30 | 相模原                    | ピラティス解説リトリート〜整えて使えるカラダへ〜                       |
| 2026/05/29(金) | 18:00 | 大宮グラン                  | 限界突破リトリート                                      |
| 2026/05/29(金) | 10:00 | 大船                     | 【3h ¥ 10,000】エクサが100倍好きになる!お腹痩せFunShapeRetreat |
| 2026/05/29(金) | 19:00 | 大船                     | 【3h ¥ 10,000】エクサが100倍好きになる!お腹痩せFunShapeRetreat |
| 2026/05/29(金) | 10:00 | 東神奈川                   | 股関節へのアプローチ (縦開脚編)                              |
| 2026/05/29(金) | 19:00 | 東神奈川                   | 股関節へのアプローチ (縦開脚編)                              |
| 2026/05/29(金) | 10:00 | 二子玉川                   | LAVA二子玉川店 パークヨガ                                |
| 2026/05/29(金) | 9:00  | 武蔵小杉 Kosugi 3rd Avenue | Park YOGA                                      |
| 2026/05/29(金) | 10:30 | 名古屋mozoワンダーシティ         | ピラティスセミパーソナルレッスン                               |
| 2026/05/29(金) | 18:30 | 名古屋mozoワンダーシティ         | ピラティスセミパーソナルレッスン                               |
| 2026/05/30(土) | 18:30 | ランチ仙台                  | 開脚できるヨガ  |
| 2026/05/30(土) | 14:00 | プレ葉ウォーク浜北              | 4周年記念・ありがとう企画in寺ヨガ                             |
| 2026/05/30(土) | 18:30 | 亀有                     | 【3時間12,000円】ヨガの基本ポーズをまるっと解説                    |
| 2026/05/30(土) | 18:00 | 月島                     | ポーズを深める3時間                                     |
| 2026/05/30(土) | 19:00 | 志木                     | バランスを高めてぶれない軸をつくる3時間                           |
| 2026/05/30(土) | 18:30 | 新八柱                    | 内側から輝くフェイスリトリートー作って整える耳つぼジュエリー×顔ヨガー            |
| 2026/05/30(土) | 17:00 | 成城学園前                  | 超陰ヨガ   |
| 2026/05/30(土) | 10:00 | 茂原                     | 寺ヨガリトリート                                       |
| 2026/05/30(土) | 17:00 | 練馬                     | 【3時間】香×ヨガ                                      |

※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  |
|---------------|-------|------------------|---|
| 2026/05/31(日) | 14:00 | たまプラーザ           | 寺ヨガ                                       |
| 2026/05/31(日) | 18:30 | 立川北口             | 50分間の質をあげて理想の身体へ～こんな感じ？から抜け出す3時間～         |
| 2026/06/02(火) | 17:00 | 柏                | バレトン×WayMeリトリート                           |
| 2026/06/04(木) | 12:00 | イオンモール大垣         | あみとゆっかのアジャスト満載リトリート                       |
| 2026/06/05(金) | 13:00 | イオンタウン伊勢ラパーク     | 夏のデトックス アーユルヴェーダで自分の身体を整えよう               |
| 2026/06/05(金) | 10:30 | イオンモール伊丹昆陽       | 今だから聞きたい!基本の『キ』【マットピラティス編・パワーヨガ編】         |
| 2026/06/05(金) | 10:30 | イオン釧路昭和          | なぜ私の身体は固いのか? 骨盤の癖から紐解きお悩み解消に近づくリトリート      |
| 2026/06/05(金) | 10:00 | 札幌琴似             | 寺ヨガと写経                                    |
| 2026/06/05(金) | 9:00  | 草津               | 頑張らないダイエットへ。心とカラダを解放する3時間                 |
| 2026/06/06(土) | 18:00 | 大塚               | 日常生活で活かせるヨガ                               |
| 2026/06/06(土) | 9:00  | 明石二見             | ハイキングリトリート～自然のリズムに還る 自分のためのリトリート～         |
| 2026/06/07(日) | 10:00 | 勝田               | やってみよう!ホイールヨガ                             |
| 2026/06/09(火) | 14:00 | アーバンドック ららぽーと豊洲3 | マインドフルネス～ストレス低減法～                         |
| 2026/06/09(火) | 10:00 | 東浦               | ピラティス1DAYリトリート                            |
| 2026/06/09(火) | 18:00 | 東浦               | ピラティス1DAYリトリート                            |
| 2026/06/11(木) | 9:30  | イオンタウン成田富里       | フローティングヨガ リトリート                           |
| 2026/06/11(木) | 13:00 | フォレストモール東海太田川    | 思わず載せたい一枚を。プロ撮影×パークヨガ                     |
| 2026/06/11(木) | 10:00 | 茅ヶ崎              | AnimalFlowで可能性を広げよう第3弾                    |
| 2026/06/12(金) | 13:00 | イオンタウン伊勢ラパーク     | 夏のデトックス アーユルヴェーダで自分の身体を整えよう               |
| 2026/06/12(金) | 9:00  | ライフガーデン神栖        | 夏の代謝革命                                    |
| 2026/06/12(金) | 18:00 | ライフガーデン神栖        | 夏の代謝革命                                    |
| 2026/06/12(金) | 10:30 | ららぽーと柏の葉         | お腹引き締めヨガ徹底解説リトリート                         |
| 2026/06/13(土) | 19:15 | ららぽーと柏の葉         | お腹引き締めヨガ徹底解説リトリート                         |
| 2026/06/16(火) | 9:00  | 多摩センター           | ウエストヒップ集中WS                               |
| 2026/06/18(木) | 9:00  | 札幌南口             | 自分の本質を見抜こう!!                              |
| 2026/06/18(木) | 18:00 | 札幌南口             | 自分の本質を見抜こう!!                              |
| 2026/06/18(木) | 18:30 | 立川北口             | 巻き肩改善!上半身を安定に導く3時間WS                      |
| 2026/06/19(金) | 10:30 | イオンタウンユーカーが丘     | ピラティスリトリート                                |
| 2026/06/19(金) | 12:00 | イオンモール津南         | special ネイチャーフィールヨガ                       |
| 2026/06/19(金) | 18:30 | 銀座本店             | マシンピラティス きほんのほ                            |
| 2026/06/20(土) | 10:00 | 東浦               | BEACH YOGA                                |
| 2026/06/20(土) | 18:30 | 日暮里              | 腸活と解剖学からくびれや美しいカラダをつくる1DAYリトリート★味噌づくりもあるよ |
| 2026/06/21(日) | 18:30 | 池袋東口             | 3時間10,000円おやすみ前の陰ヨガ                       |
| 2026/06/25(木) | 11:00 | イオン小郡            | やさしいホイールとブリッジへの道                          |

※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  |
|---------------|-------|-----------|---|
| 2026/06/25(木) | 10:00 | 札幌南口      | 基礎を固めるマシンピラティス                            |
| 2026/06/25(木) | 18:30 | 札幌南口      | 基礎を固めるマシンピラティス                            |
| 2026/06/26(金) | 18:30 | ルビットパーク岡崎 | はるはづ 1日限定!復活リトリート!                        |
| 2026/06/26(金) | 18:30 | 銀座本店      | マシンピラティス基本のみ                              |
| 2026/06/26(金) | 18:00 | 松戸        | 陰ヨガリトリート～季節の変わり目わたしを労る～                   |
| 2026/06/26(金) | 9:00  | 二子玉川      | 肩甲骨のポテンシャルspecial                         |
| 2026/06/26(金) | 10:00 | 平塚        | Salon Ojas Glow～スタジオ貸し切り完全予約制アーユルヴェーダサロン～ |
| 2026/06/26(金) | 10:00 | 豊田市駅前     | 癒しのアーユルヴェーダ&陰ヨガ                           |
| 2026/06/27(土) | 18:15 | 銀座本店      | みんな楽しくASANA練習会                            |
| 2026/06/27(土) | 19:00 | 豊田市駅前     | 癒しのアーユルヴェーダ&陰ヨガ                           |
| 2026/07/12(日) | 5:30  | 茅ヶ崎       | 〈朝活〉ごきげんビーチヨガ                             |
| 2026/07/20(月) | 9:00  | 向ヶ丘遊園     | supヨガリトリート                                |
| 2026/07/24(金) | 9:30  | 札幌琴似      | アタマとカラダでヨガを深める～後屈編～                       |
| 2026/07/24(金) | 14:30 | 札幌琴似      | 季節と寄り添う中医学（基礎）                            |
| 2026/07/24(金) | 0:00  | 札幌琴似      | アタマとカラダでヨガを深める～後屈編～                       |
| 2026/07/26(日) | 19:00 | 浜田山       | 【¥11,000】完全オリジナルMUSIC YOGA～音に合わせて動く3時間～   |
| 2026/08/29(土) | 16:00 | 茅ヶ崎       | 〈夕焼け〉のんびりビーチヨガ                            |

※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