

ホットヨガラウンジLooP 大垣 1月レッスンスケジュール

1月1日(金)~3日(日)は休講日です

月	火	水	木	金
10:00~11:00 免疫力アップヨガ【シアター】	10:00~11:00 姿勢改善ヨガ	10:00~11:00 リフレッシュヨガ New	10:00~11:00 ダイエットヨガ	10:00~11:00 ボールほぐしブリージングヨガ
7 14 21 28	hiromi	Mami	Yayoi	Yayoi
13:00~14:00 骨盤調整ヨガ	15:00~16:00 ボールほぐしブリージングヨガ	13:00~14:00 アロマリンパトリートメントヨガ	13:00~14:00 肩こりむくみデトックスヨガ	15:00~16:00 New ダイエットヨガ【シアター】
Rio	Mami	Mari	Mina	7 14 21 28
7 14 21 28	1 8 15 22	2 9 16 23	3 10 17 24	4 11 18 25
19:00~20:00 ウエストシェイプヨガ	19:00~20:00 はじめてのパワーヨガ	18:00~19:00 ボールほぐしブリージングヨガ	18:00~19:00 New 身体めぐりヨガ【シアター】	19:00~20:00 ファーストヨガ
ちかこ	エミ	Lily	3 10 17 24	misato
7 14 21 28	1 8 15 22	2 9 16 23	19:30~20:30 脂肪燃焼ヨガ	4 11 18 25
20:30~21:30 肩こりむくみデトックスヨガ	20:30~21:30 アロマリラックスヨガ	19:30~20:30 リフレッシュヨガ New	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ【シアター】	20:30~21:30 ダイエットヨガ
ちかこ	Kana	Lily	emi	misato
7 14 21 28	1 8 15 22	2 9 16 23	3 10 17 24	4 11 18 25
		骨盤調整ヨガ	2 9 16 23	
		emi	3 10 17 24	
		2 9 16 23	3 10 17 24	

土	日
9:00~10:00 姿勢改善ヨガ	9:00~10:00 リフレッシュヨガ New
yumiko	Mami
5 12 19 26	6 13 20 27
11:00~12:00 美脚・ヒップアップヨガ	11:00~12:00 アロマリラックスヨガ
ちかこ	Kana
5 12 19 26	6 13 20 27
13:00~14:00 免疫力アップヨガ【シアター】	13:00~14:00 脂肪燃焼ヨガ
5 12 19 26	Lily
5 12 19 26	6 13 20 27
17:00~18:00 骨盤調整ヨガ	各クラス 定員20名
エミ	
5 12 19 26	

ホットヨガラウンジLooP 大垣

0584-84-8780



プログラム・インストラクターは変更する場合がございます。
体験レッスンは上記レッスンよりお好きなレッスンをお選びください。

月会費

初期費用

入会金 ¥5,500(税込)
年会費 ¥2,200(税込)

受け放題プレミアム ¥11,550(税込)
受け放題ライト ¥9,900(税込)
月4回コース ¥7,700(税込)
月4回学割 ¥4,400(税込)