

ホットヨガラウンジLooP 札幌 9月レッスンスケジュール

9月15日(木)、9月23日(金)は休講日となります。

月	火	水	木	金	土	日
日程	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・22・29	2・9・16・30	3・10・17・24	4・11・18・25
定休日	9:50~10:50 パワーヨガ Mico	10:30~11:30 ツボと経絡のヨガ Mayu	10:30~11:30 ダイエットヨガ CHIAKI	10:00~11:00 太もも&お尻 引締めヨガ Kazue	8:45~9:45 アシュタンガヨガ 初級 Mico	10:00~11:00 太陽のエネルギー アップヨガ Mico
	11:40~12:40 リフレッシュヨガ シアターレッスン				10:15~11:15 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン	11:30~12:30 ボールでほぐす ウエスト引締めヨガ Mico
		16:30~17:30 骨盤調整ヨガ シアターレッスン			12:00~13:00 ツボと経絡のヨガ Aya	13:00~14:00 姿勢改善ヨガ
			19:00~20:00 肩こりむくみ解消 デトックスヨガ シアターレッスン	19:00~20:00 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン	15:00~16:00 太陽のエネルギー アップヨガ シアターレッスン	14:30~15:30 追加 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン
健康になりたい	一定員 通常クラス 10名 シアターレッスン 5名					
美しくダイエット						
リラクゼーション						
ヨガの基本を マスター						
	20:30~21:30 ボールでほぐす ウエスト引締めヨガ Mico	19:30~20:30 アロマリラックス ヨガ Hiromi	21:00~22:00 リフレッシュヨガ Mayu	20:30~21:30 ツボと経絡のヨガ Mico	19:00~20:00 アロマリラックス ヨガ CHIAKI	

＜ワンポイントレッスン＞
シアターレッスンで👍マークがあるレッスンは開始5分前からワンポイントレッスンがスタートします。

ワンポイント

ワンポイント

時間担当変更

New!

1,3週⇒Mayu 2,4週⇒シアター



- 体験レッスンは上記レッスンより好きなレッスンをお選びください。
- 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。
- 『シアターレッスン』はスクリーンに映し出されたインストラクターに合わせて、ご自身のペースで楽しむことができる新しいスタイルのホットヨガです。

ホットヨガラウンジLooP 札幌 TEL:011-398-7715

初期費用		月会費	
入会金 ¥5,500(税込)	年会費 ¥3,300(税込)	受け放題 ¥13,200(税込)	受け放題デイトタイム ¥11,000(税込)
		月6回コース ¥8,800(税込)	月4回コース ¥7,700(税込)
		月3回コース ¥7,150(税込)	