

ホットヨガラウンジLooP 札幌 11月レッスンスケジュール

11月29日(火)、11月30日(水)は12月分のレッスンとなります。

月	火	水	木	金	土	日
日程	1・8・15・22	2・9・16・23	3・10・17・24	4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27
定休日	9:50~10:50 太陽のエネルギー アップヨガ Mico	10:30~11:30 ツボと経絡のヨガ Mayu	10:30~11:30 太もも&お尻 引締めヨガ CHIAKI	10:00~11:00 骨盤調整ヨガ Kazue	8:45~9:45 ベーシックヨガ Mico	10:00~11:00 9:30~10:30(20日のみ) アシュタンガヨガ 初級 Mico
	11:40~12:40 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン		12:15~13:15 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン		10:15~11:15 太陽のエネルギー アップヨガ シアターレッスン	10:00~11:00 アシュタンガヨガ 初級 Mico
	一定員 通常クラス 10名 シアターレッスン 5名				12:00~13:00 ツボと経絡のヨガ Aya	11:30~12:30 脂肪燃焼ヨガ Mico
	健康になりたい					11:00~12:30 20日のみ90分拡大 8周年記念エステヨガ
美しくダイエット		16:30~17:30 リフレッシュヨガ 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 アロマリンパ トリートメントヨガ 1,3週⇒Mayu 2,4週⇒シアター
リラクゼーション	18:30~19:30 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン		19:00~20:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	19:00~20:00 秋冬の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン	15:00~16:00 骨盤調整ヨガ シアターレッスン	14:30~15:30 月のヒーリングヨガ シアターレッスン
ヨガの基本を マスター		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 ダイエットヨガ Mico	19:00~20:00 アロマリラックス ヨガ New! Akari	
	20:30~21:30 姿勢改善ヨガ Mico			20:30~21:30 ダイエットヨガ Mico		

＜ワンポイントレッスン(後屈)＞
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。



- 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

月会費	
初期費用	受け放題 ¥13,200(税込)
入会金 ¥5,500(税込)	受け放題デイトイム ¥11,000(税込)
年会費 ¥3,300(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)