

ホットヨガラウンジLooP 札幌 3月レッスンスケジュール

3月15日(水)～3月17日(金)は休講日となります。

月	火	水	木	金	土	日	
日程	7・14・21・28	1・8・22・29	2・9・23・30	3・10・24・31	4・11・18・25	5・12・19・26	
定休日	9:50～10:50 ベーシックヨガ ----- Mico	10:30～11:30 ツボと経絡のヨガ ----- Mayu	10:00～11:00 <small>時間変更</small> ダイエットヨガ ----- CHIAKI	10:00～11:00 姿勢改善ヨガ ----- Kazue	8:45～9:45 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 骨盤調整ヨガ ----- シアターレッスン		🎥 10:15～11:15 👉 ダイエットヨガ シアターレッスン	10:00～11:00 太陽のエネルギー アップヨガ ----- Mico	
	健康になりたい 一定員 通常クラス 12名 美しくダイエット シアターレッスン 5名		🎥 16:30～17:30 👉 リフレッシュヨガ ----- シアターレッスン	<div style="border: 1px solid blue; background-color: #00aaff; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <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。 </div>		12:00～13:00 ツボと経絡のヨガ ----- Aya	11:30～12:30 姿勢改善ヨガ ----- Mico
	リラクゼーション	🎥 18:30～19:30 姿勢改善ヨガ ----- シアターレッスン				🎥 19:00～20:00 👉 脂肪燃焼ヨガ ----- シアターレッスン	🎥 19:00～20:00 身体めぐりヨガ ----- シアターレッスン
	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 担当変更 Airi	21:00～22:00 リフレッシュヨガ ----- Mayu		🎥 15:00～16:00 月のヒーリングヨガ ----- シアターレッスン	🎥 14:30～15:30 骨盤調整ヨガ ----- 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 ----- Akari		



- 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

入会金 ¥5,500(税込)

年会費 ¥3,300(税込)

月会費

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)