

ホットヨガラウンジLooP 札幌 4月レッスンスケジュール

4月15日(土)～4月16日(日)は休講日となります。

月	火	水	木	金
日程	4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28
定休日	9:50～10:50 アシュタンガヨガ 初級 Mico	10:30～11:30 ツボと経絡のヨガ Mayu	10:00～11:00 ダイエットヨガ CHIAKI	10:00～11:00 姿勢改善ヨガ Kazue
	11:40～12:40 ツボと経絡のヨガ シアターレッスン		12:15～13:15 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン	11:40～12:40 脂肪燃烧ヨガ シアターレッスン
	一定員 通常クラス 12名 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	<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。	
	リラクゼーション ヨガの基本を マスター	18:30～19:30 ダイエットヨガ シアターレッスン		
	20:30～21:30 姿勢改善ヨガ Mico	19:30～20:30 アロマリラックス ヨガ Airi	21:00～22:00 アロマリンパ トリートメントヨガ Mayu	20:30～21:30 リフレッシュヨガ Mico

土	日
1・8・22・29 8:45～9:45 パワーヨガ Mico	2・9・23・30 10:00～11:00 太陽のエネルギー アップヨガ Mico
10:15～11:15 脂肪燃烧ヨガ 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
12:00～13:00 ツボと経絡のヨガ Aya	11:30～12:30 姿勢改善ヨガ Mico
	13:00～14:00 アロマリンパ トリートメントヨガ 1,4週⇒Mayu 2,5週⇒シアター
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 リフレッシュヨガ シアターレッスン
19:00～20:00 骨盤調整ヨガ Akari	

23日は、養成講座開講のため14:30からのシアターレッスンは休講となります。



- 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

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)