

ホットヨガラウンジLooP 東大阪 4月レッスンスケジュール

定休日: 月曜日(3・10・17・24)

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
|--|---|---|---|---|--|---|---|
| 日程 | 4.11.18.25 | 5.12.19.26 | 6.13.20.27 | 7.14.21.28 | 1.8.15.22.29 | 2.9.16.23.30 | |
| 定休日 | 10:15~11:15 ファーストヨガ Nao | 10:15~11:15 ダイエットヨガ Maiko | 10:30~11:30 姿勢改善ヨガ *第2週のみ美彩心 Nao | 10:30~11:30 リフレッシュヨガ Yuka | 10:30~11:30 美脚ヒップアップヨガ Nao | 9:30~10:30 ファーストヨガ お楽しみ♪ | |
| | 11:45~12:45 肩こりむくみ解消 デトックスヨガ Maiko | 12:15~18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time | 12:00~13:00 月のヒーリングヨガ 【シアターレッスン】 | 12:30~16:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time | 12:00~13:00 リフレッシュヨガ Yuka | 11:00~12:00 姿勢改善ヨガ *第4週のみ美彩心 お楽しみ♪ | |
| | 健康になりたい | | 13:45~19:00 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time | 14:00~18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time | | 17:00~18:00 ツボと経絡のヨガ 【シアターレッスン】 | 12:30~18:00 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time |
| | 美しくダイエット | 19:30~20:30 美脚ヒップアップヨガ 【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】 | 19:00~20:00 ダイエットヨガ Tae | 19:00~20:00 はじめてのパワーヨガ Nao | 14:00~18:00 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time | 一定員 通常クラス 12名 シアターレッスン 10名 |
| | リラクゼーション | 20:45~21:45 ファーストヨガ Nao | 20:30~21:30 骨盤調整ヨガ Tae | 20:45~21:45 アロマリラックスヨガ *第2週のみ美彩心 Nao | 18:30~19:30 太陽のエネルギー アップヨガ 【シアターレッスン】 | | |
| | ヨガの基本を マスター | | | | | 20:30~21:30 骨盤調整ヨガ Tae | 20:45~21:45 アロマリラックスヨガ *第2週のみ美彩心 Nao |
| コラーゲンランプ会員様 は最大60分間コラーゲン ランプを浴びることが できます。 | | | | | | | |



- 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。
- 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 東大阪 TEL:072-872-3715

月会費

| | |
|----------------|-----------------------|
| 初期費用 | |
| 入会金 ¥5,500(税込) | 受け放題プレミアム ¥13,750(税込) |
| 年会費 ¥3,300(税込) | 受け放題ライト ¥12,100(税込) |
| | 月4回コース ¥9,350(税込) |
| | コラーゲンランプ会員 ¥5,500(税込) |