

# ホットヨガラウンジLooP 札幌 5月レッスンスケジュール

5月1日(月)～5月3日(水)は休講日となります。

月	火	水	木	金	土	日
日程	9・16・23・30	10・17・24・31	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 骨盤調整ヨガ Kazue	8:45～9:45 ベーシックヨガ Mico	
	🎥 11:30～12:30 時間変更 骨盤調整ヨガ 2,4週⇒Mico 3,5週⇒シアター		🎥 12:15～13:15 免疫力アップヨガ シアターレッスン	🎥 11:40～12:40 美脚ヒップアップヨガ シアターレッスン	🎥 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
	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	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;">                     &lt;ワンポイントレッスン(後屈)&gt;                      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 アロマリンパ トリートメントヨガ Mico
	リラクゼーション	🎥 18:30～19:30 春夏の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン			🎥 19:00～20:00 脂肪燃烧ヨガ シアターレッスン	🎥 19:00～20:00 姿勢改善ヨガ シアターレッスン
ヨガの基本を マスター	20:30～21:30 ダイエットヨガ 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	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 春夏の ツボと経絡のヨガ 7,21日のみ実施 シアターレッスン	
				19:00～20:00 骨盤調整ヨガ 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

**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)

**初期費用**

入会金 ¥5,500(税込)	
年会費 ¥3,300(税込)	