

ホットヨガラウンジLooP 新栄 11月レッスンスケジュール

◆11/15(水) は休講日です◆

※11/30(木)～12月度のレッスンとなります。

	月	火	水	木	金	
1		定休日	9:30～10:30 姿勢改善ヨガ Mina	9:30～10:30 アロマリラックスヨガ Chika		
2	11:00～12:00 星の癒し ヨガニドラ sayuri		New 11:00～12:00 体幹力アップ パワーヨガ Mina	11:00～12:00 秋冬の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン	11:00～12:00 リフレッシュヨガ hiro	
3	14:00～15:00 免疫力アップヨガ シアターレッスン				14:00～15:00 美脚・ヒップアップ ヨガ シアターレッスン	
4			＼ LooPの特徴 ／ 4つのカテゴリー	16:00～17:00 ファーストヨガ シアターレッスン		16:00～17:00 肩こりむくみ デトックスヨガ YUKIKO
5	19:00～20:00 ダイエットヨガ シアターレッスン		健康になりたい 美しくダイエット リラクゼーション	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 Mina	19:00～20:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン
6	20:30～21:30 骨盤調整ヨガ sayuri		ヨガの基本をマスター	20:30～21:30 アロマリラックスヨガ Kimmy	20:30～21:30 太陽のエネルギー アップヨガ Mina	20:30～21:30 美脚・ヒップアップ ヨガ シアターレッスン

	土	日
1		9:30～10:30 秋冬の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン
2	11:00～12:00 アロマリラックスヨガ シアターレッスン	11:00～12:00 二の腕・背中 引き締めヨガ Mina
3	New 13:00～14:00 体幹力アップ パワーヨガ Mina	13:00～14:00 リフレッシュヨガ Kimmy
4	15:00～16:00 姿勢改善ヨガ シアターレッスン	15:00～16:00 アロマリンパ トリートメントヨガ Mina
5	19:00～20:00 免疫力アップヨガ 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

定員：20名

★のあるレッスンは女性専用クラスです。

- 体験レッスンは好きなレッスンからお選びください。
(会員様限定を除く)
- プログラム・インストラクターは変更にな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。

月会費

初期費用

入会金 ¥5,500(税込)
年会費 ¥3,300(税込)

受け放題プレミアム ¥12,650(税込)
受け放題ライト ¥11,000(税込)
月4回コース ¥8,800(税込)
月3回コース ¥7,700(税込)
メンズ受け放題 ¥9,900(税込)
メンズ月4回コース ¥8,800(税込)