

ホットヨガラウンジLooP 大垣 12月レッスンスケジュール

◆12/28(木)～1/3(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	10:00～11:00 星の癒しヨガニドラ misato	11:00～12:00 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン	10:00～11:00 骨盤調整ヨガ hiromi	10:00～11:00 二の腕・背中 引き締めヨガ Mina	10:00～11:00 アロマリンパ トリートメントヨガ emi
	13:00～14:00 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン	14:00～15:00 身体めぐりヨガ シアターレッスン	13:00～14:00 リフレッシュヨガ Kumi	13:00～14:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	13:00～14:00 体幹力アップ パワーヨガ hiromi
3	19:00～20:00 はじめての パワーヨガ ちかこ	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ シアターレッスン	19:00～20:00 体幹力アップ パワーヨガ emi	19:00～20:00 骨盤調整ヨガ emi	19:00～20:00 ファーストヨガ misato
	20:30～21:30 肩こりむくみ デトックスヨガ ちかこ	20:00～21:00 ダイエットヨガ シアターレッスン	20:30～21:30 星の癒しヨガニドラ emi	20:30～21:30 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン	20:30～21:30 肩こりむくみ デトックスヨガ misato

New



New



健康になりたい
美しくダイエット
リラクゼーション
ヨガの基本をマスター

	土	日
1	9:30～10:30 肩こりむくみ デトックスヨガ yumiko	9:30～10:30 はじめての パワーヨガ Kumi
	11:00～12:00 美脚・ヒップアップ ヨガ yumiko	11:00～12:00 アロマリラックスヨガ Kumi
3	13:00～14:00 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン	13:00～14:00 姿勢改善ヨガ シアターレッスン
	17:00～18:00 星の癒しヨガニドラ エミ	

定員：25名 / シアターレッスン：12名

★のあるレッスンは女性専用クラスです。

- 体験レッスンはお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 ¥11,550(税込)

受け放題ライト ¥9,900(税込)

月4回コース ¥7,700(税込)

月4回(学割) ¥4,400(税込)



ホットヨガラウンジLooP 大垣

TEL:0584-84-8780