

ホットヨガラウンジLooP 新栄 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			9:30～10:30 星の癒しヨガニドラ Mina	9:30～10:30 肩こりむくみ デトックスヨガ Chika	
2	New 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	定休日	11:00～12:00 骨盤調整ヨガ Mina	11:00～12:00 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン	11:00～12:00 体幹力アップ パワーヨガ hiro
3	14:00～15:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン			14:00～15:00 免疫カアップヨガ 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 アロマリラックスヨガ シアターレッスン	
		健康になりたい			
5	19:00～20:00 ウエストシェイプヨガ sayuri	美しくダイエット リラクゼーション	New 19:00～20:00 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン	19:00～20:00 体幹力アップ パワーヨガ Mina	19:00～20:00 秋冬の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン
6	20:30～21:30 身体めぐりヨガ sayuri	ヨガの基本をマスター	20:30～21:30 二の腕・背中 引き締めヨガ Kimmy	20:30～21:30 姿勢改善ヨガ Mina	20:30～21:30 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン

	土	日
1		9:30～10:30 美脚・ヒップアップ ヨガ シアターレッスン
2	New 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	11:00～12:00 肩こりむくみ デトックスヨガ Mina
3	13:00～14:00 身体めぐりヨガ Mina	13:00～14:00 脂肪燃焼ヨガ Kimmy
4	15:00～16:00 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン	15:00～16:00 ファーストヨガ Mina
5	19:00～20:00 ダイエットヨガ シアターレッスン	19:00～20:00 月のヒーリングヨガ 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

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)

初期費用

入会金 ¥5,500(税込)
年会費 ¥3,300(税込)