

ホットヨガラウンジLooP 札幌 2月レッスンスケジュール

◆ 2/15(木)は休講日です ◆

	月	火	水	木	金
	日程	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・22・29	2・9・16・23
1	定休日	10:00～11:00 ベーシックヨガ	10:30～11:30 ツボと経絡のヨガ	10:00～11:00 脂肪燃焼ヨガ	10:00～11:00 リフレッシュヨガ
		週替わりで担当	Mayu	Mico	Akari
11:30～12:30 骨盤調整ヨガ		New 12:15～13:15 ダイエットヨガ	12:15～13:15 月のヒーリングヨガ	11:30～12:30 太陽のエネルギーチャージヨガ	
シアターレッスン		シアターレッスン	シアターレッスン	シアターレッスン	
16:30～17:30 姿勢改善ヨガ					
3	＼ LooPの特徴 / 4つのカテゴリー		16:30～17:30 姿勢改善ヨガ		
			シアターレッスン		
4	健康になりたい	18:30～19:30 アロマリンパトリートメントヨガ	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ	19:00～20:00 姿勢改善ヨガ	19:00～20:00 秋冬の経絡ヨガ
	美しくダイエット	シアターレッスン	Airi	シアターレッスン	シアターレッスン
5	リラクゼーション	20:30～21:30 リフレッシュヨガ		21:00～22:00 骨盤調整ヨガ	20:30～21:30 ダイエットヨガ
	ヨガの基本をマスター	Mico		Mayu	Mico

	土	日
	3・10・17・24	4・11・18・25
1	9:30～10:30 太陽のエネルギーアップヨガ	10:00～11:00 ベーシックヨガ
	Mico	Mico
2	11:00～12:00 太もも&お尻引締めヨガ	11:30～12:30 体幹力アップパワーヨガ
	担当変更 Akari	Mico
3	15:00～16:00 アロマリンパトリートメントヨガ	13:00～14:00 ツボと経絡のヨガ
	シアターレッスン	1,3週⇒Mayu 2,4週⇒シアター
4	New 17:30～18:30 ヒーリングデトックスヨガ	14:30～15:30 ダイエットヨガ
	担当変更 週替わりで担当	シアターレッスン
5		

— 定員 —
通常クラス:12名
シアターレッスン:5名

＜ワンポイントレッスン(後屈)＞
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。

- 体験レッスンはお好きなレッスンからお選びください。
- 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 ¥13,200(税込)
受け放題デイトム ¥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)



ホットヨガラウンジLooP 札幌

TEL : 011-398-7715