

ホットヨガラウンジLooP 大垣 3月レッスンスケジュール

◆ 3/15(金)・16(土)・17(日) は休講日です ◆

	月	火	水	木	金
1	10:00~11:00 肩こりむくみ デトックスヨガ misato	11:00~12:00 脂肪燃烧ヨガ シアターレッスン	10:00~11:00 アロマリラックスヨガ hiromi	10:00~11:00 ウエストシェイプヨガ Mina	10:00~11:00 身体めぐりヨガ emi
	13:00~14:00 アロマリラックスヨガ シアターレッスン	14:00~15:00 秋冬の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン	13:00~14:00 骨盤調整ヨガ Kumi	New 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 アロマリパ トリートメントヨガ hiromi
3	19:00~20:00 美脚・ヒップアップヨガ ちかこ	New 18:30~19:30 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 ファーストヨガ emi	19:00~20:00 アロマリパ トリートメントヨガ emi	19:00~20:00 体幹力アップ パワーヨガ misato
	20:30~21:30 はじめてのパワーヨガ ちかこ	20:00~21:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	20:30~21:30 体幹力アップ パワーヨガ emi	20:30~21:30 姿勢改善ヨガ シアターレッスン	20:30~21:30 リフレッシュヨガ misato

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 リフレッシュヨガ 第1・3 emi / 第2・4 ちかこ	9:30~10:30 身体めぐりヨガ Kumi
	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ 第1・3 emi / 第2・4 ちかこ	11:00~12:00 二の腕・背中 引き締めヨガ Kumi
3	13:00~14:00 アロマリパ トリートメントヨガ シアターレッスン	New 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
	17:00~18:00 肩こりむくみ デトックスヨガ 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)