

# ホットヨガラウンジLooP 新栄 4月レッスンスケジュール

◆ 4/15(月)・16(火) は休講日です ◆

	月	火	水	木	金	
1		定休日	9:30~10:30 ★ 女性ホルモン アップヨガ Mina	9:30~10:30 二の腕・背中 引き締めヨガ Chika		
2	11:00~12:00 ダイエットヨガ シアターレッスン		11:00~12:00 はじめての パワーヨガ Mina	11:00~12:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ hiro	
3	14:00~15:00 リフレッシュヨガ シアターレッスン			New 14:00~15:00 サンセットビーチヨガ 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 春夏の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン	16:00~17:00 アロマリンパ トリートメントヨガ YUKIKO	
5	19:00~20:00 肩こりむくみ デトックスヨガ sayuri		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 アロマリンパ トリートメントヨガ シアターレッスン Mina	19:00~20:00 ファーストヨガ Mina	19:00~20:00 美脚・ヒップアップ ヨガ シアターレッスン
6	20:30~21:30 アロマリラックスヨガ sayuri		ヨガの基本をマスター	20:30~21:30 ウエストシェイプヨガ Kimmy	New 20:30~21:30 サンセットビーチヨガ Mina	20:30~21:30 サンセットビーチヨガ シアターレッスン

	土	日
1		9:30~10:30 星の癒しヨガニドラ Mina
2	11:00~12:00 春夏の 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 Mina
3	13:00~14:00 アロマリラックスヨガ Mina	13:00~14:00 体幹力アップ パワーヨガ Kimmy
4	New 15:00~16:00 サンセットビーチヨガ シアターレッスン	15:00~16:00 姿勢改善ヨガ シアターレッスン
5	19:00~20:00 骨盤調整ヨガ シアターレッスン	19:00~20:00 脂肪燃焼ヨガ 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)