

# ホットヨガラウンジLooP 東大阪 8月レッスンスケジュール

◆毎週月曜日 定休日 ◆ 12日(月)～17日(土) 休講日

	月	火	水	木	金
1		10:15～11:15 肩こりむくみ解消デ トックスヨガ <i>New</i>	10:15～11:15 開脚フローヨガ	10:15～11:15 脂肪燃焼ヨガ 8日 <b>美彩心</b>	10:15～11:15 骨盤調整ヨガ
		Nao	Maiko	Nao	Yuka
2	＼ LooPの特徴 / 4つのカテゴリー	11:45～12:45 体幹カアップパワーヨ ガ	11:45～18:30 コラーゲン会員様専用 <b>ランプ照射Time</b>	11:45～12:45 リフレッシュヨガ シアターレッスン	12:00～16:30 コラーゲン会員様専用 <b>ランプ照射Time</b>
	健康になりたい	Maiko			
3	美しくダイエット	13:15～18:30 コラーゲン会員様専用 <b>ランプ照射Time</b>		13:30～17:30 コラーゲン会員様専用	17:00～18:00 ダイエットヨガ シアターレッスン
	リラクゼーション			18:30～19:30 美脚ヒップアップヨガ	
4	ヨガの基本をマスター	19:00～20:00 姿勢改善ヨガ	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	Yuka 20:00～21:00 リフレッシュヨガ	19:00～20:00 開脚フローヨガ
	コラーゲンランプ会員様 は最大60分間コラーゲン ランプを浴びることが できます。	Tae			Nao
5		20:30～21:30 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	20:45～21:45 アロマリラックスヨガ		20:45～21:45 肩こりむくみ解消デトックスヨガ 23日 <b>美彩心</b> Nao

	土	日
1	9:30～10:30 姿勢改善ヨガ Nao	9:30～10:30 ファーストヨガ <b>お楽しみ♪</b>
2	11:00～12:00 開脚フローヨガ Mizuho	11:00～12:00 体幹カアップパワーヨガ 25日 <b>美彩心</b> <b>お楽しみ♪</b>
3	13:30～14:30 春夏の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン	
4	18:00～19:00 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン	

定員:13名

- 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 ¥13,750(税込)  
受け放題ライト ¥12,100(税込)  
月4回コース ¥9,350(税込)  
※アメニティ ¥550/月(税込)



ホットヨガラウンジLooP 東大阪  
TEL : 072-872-3715