

ホットヨガラウンジLooP 札幌 8月レッスンスケジュール

◆ 8/13(火)～8/17(土)は休講日です ◆ ※7/30(火)・31(水)は8月度のレッスンとなります。

	月	火	水	木	金
	日程	7/30・6・20・27	7/31・7・21・28	1・8・22・29	2・9・23・30
1 定休日	10:00～11:00 身体が柔らかくなる 開脚フローヨガ 担当変更 Akari	10:30～11:30 ツボと経絡のヨガ Mayu	10:00～11:00 骨盤調整ヨガ Mico	10:00～11:00 リフレッシュヨガ Akari	
	11:30～12:30 肩こりむくみ解消 デトックスヨガ シアター(Yoko)	12:00～13:00 月のヒーリングヨガ シアター(Mico)	11:30～12:30 体幹力アップ パワーヨガ Mico	11:30～12:30 太陽のエネルギー チャージヨガ シアター(Mico)	
		16:30～17:30 姿勢改善ヨガ シアター(Mico)	16:30～17:30 春夏の経絡ヨガ シアター(Mico)		
	健康になりたい 美しくダイエット	18:30～19:30 月のヒーリングヨガ シアター(Mico)	20:00～21:00 アロマリラックスヨガ 担当変更 Mico	19:00～20:00 骨盤調整ヨガ シアター(Mia)	19:00～20:00 脂肪燃烧ヨガ シアター(Mico)
	リラクゼーション ヨガの基本をマスター	20:30～21:30 ベーシックヨガ 担当変更 Ami		21:00～22:00 パワーヨガ Mayu	20:30～21:30 姿勢改善ヨガ Mico
3 ＼ LooPの特徴 ＼ 4つのカテゴリー					

	土	日
	3・10・24・31	4・11・18・25
1	9:30～10:30 脂肪燃烧ヨガ Mico	10:00～11:00 太陽のエネルギー アップヨガ Mico
	11:00～12:00 身体が柔らかくなる 開脚フローヨガ 担当変更 Mayu	11:30～12:30 リフレッシュヨガ Mico
	15:00～16:00 アロマリンパ トリートメントヨガ シアター(Mia)	13:00～14:00 骨盤調整ヨガ 担当変更 シアター(Mia)
	17:30～18:30 ヒーリング デトックスヨガ 週替わりで担当	14:30～15:30 美脚ヒップアップヨガ シアター(Yoko)
5		

— 定員 —
通常クラス:14名
シアターレッスン:5名

＜ワンポイントレッスン＞
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。

初期費用

入会金 ¥5,500 (税込)
年会費 ¥3,300 (税込)

月会費

受け放題 ¥13,200 (税込)
受け放題デイトイム ¥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)

オプション

リタラカル会員 ¥550 (税込)～
水素水会員 ¥1,100 (税込)

HOT YOGA LOUNGE



ホットヨガラウンジLooP 札幌

TEL : 011-398-7715