

ホットヨガラウンジLooP 東大阪 11月レッスンスケジュール

◆毎週月曜日 定休日◆

	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 Nao	10:15～11:15 ファーストヨガ Maiko	10:15～11:15 美脚ヒップアップヨガ 7日 美彩心(Nao) Yuka	10:15～11:15 姿勢改善ヨガ Yuka
2	＼LooPの特徴／ 4つのカテゴリー	11:45～12:45 脂肪燃焼ヨガ Maiko	11:45～18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time	11:45～12:45 身体めぐりヨガ シアターレッスン	12:00～16:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time
	健康になりたい				
3	美しくダイエット リラクゼーション	13:15～18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time		13:30～17:30 コラーゲン会員様専用	17:00～18:00 サンセットビーチヨガ シアターレッスン
4	ヨガの基本をマスター	19:00～20:00 姿勢改善ヨガ Tae	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	3・17・31日 Mizuho 10・24日 Yuka 20:00～21:00 骨盤調整ヨガ	19:00～20:00 体幹力アップパワーヨ ガ Nao
5	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。	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 リフレッシュヨガ Nao	3・17・31日 Mizuho 10・24日 シアター	20:45～21:45 肩こりむくみ解消デトックスヨガ 15日 美彩心(Kanako) Nao

	土	日
1	9:30～10:30 骨盤調整ヨガ Nao	9:30～10:30 開脚フローヨガ お楽しみ♪
2	11:00～12:00 ダイエットヨガ Mizuho	11:00～12:00 アロマリラックスヨガ 24日 美彩心 お楽しみ♪
3	13:30～14:30 免疫力アップヨガ シアターレッスン	
4	18:00～19:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	

定員:13名 ◎ シアター定員:10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