

ホットヨガラウンジLooP新栄 2月レッスンスケジュール

※ 2月の休講日はありません ※

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | |
|--------------|---|-----|---|---|--|--|
| 1 | 9:30~10:30 運動強度:★★★ ゆがみ改善ヨガ シアターレッスン | 休館日 | 9:30~10:30 運動強度:★★★★★ 太陽のエネルギー アップヨガ Mina | 9:30~10:30 運動強度:★★★★★ ウエストシェイプヨガ Chika | 9:30~10:30 運動強度:★★★ はじめてのピラティス yukapiss | |
| 2 New | 11:00~12:00 運動強度:★★★★★ アシュタンガ 入門ヨガ シアターレッスン | | 11:00~12:00 運動強度:★★★ 骨盤調整ヨガ Mina | 11:00~12:00 運動強度:★★★★★ 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン | 11:00~12:00 運動強度:★★★ 身体めぐりヨガ KAORI | |
| 3 | | | 14:00~15:00 運動強度:★★★★★ ダイエットヨガ hiro | | 14:00~15:00 運動強度:★★★ ベーシック基本ヨガ シアターレッスン | |
| 4 | 16:00~17:00 運動強度:★★★ サンセットビーチヨガ シアターレッスン | | 健康になりたい | | 16:00~17:00 運動強度:★★ アロマフローヨガ シアターレッスン | |
| 5 | 19:00~20:00 運動強度:★★★★★ 美脚・ヒップアップヨガ sayuri | | 美しくダイエット | 19:00~20:00 運動強度:★★★ 姿勢改善ヨガ AIKA | 19:00~20:00 運動強度:★ 星の癒しヨガニドラ Mina | 19:00~20:00 運動強度:★★★★★ ボディメイク ダイエットヨガ シアターレッスン |
| 6 | 20:30~21:30 運動強度:★★ 女性ホルモン アップヨガ sayuri | | リラクゼーション | 20:30~21:30 運動強度:★★★ はじめてのパワーヨガ AIKA | 20:30~21:30 運動強度:★★★★★ 開脚フローヨガ Mina | 20:30~21:30 運動強度:★★★★★ アシュタンガ 入門ヨガ シアターレッスン |

| | 土 | 日 |
|--------------|--|--|
| 1 New | 9:30~10:30 運動強度:★★★★★ アシュタンガ 入門ヨガ シアターレッスン | 9:30~10:30 運動強度:★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ Mina |
| 2 | 11:00~12:00 運動強度:★★ コリ取りデトックスヨガ シアターレッスン | 11:00~12:00 運動強度:★★★ 姿勢改善ヨガ Mina |
| 3 | 13:00~14:00 運動強度:★★★ ファーストヨガ Mina | 13:00~14:00 運動強度:★★★ 体幹力アップ パワーヨガ Kimmy |
| 4 | 15:00~16:00 運動強度:★★ アロマフローヨガ シアターレッスン | 15:30~16:30 運動強度:★★★★★ 開脚フローヨガ hiro |
| 5 | 19:00~20:00 運動強度:★★★★★ ボディメイク ダイエットヨガ シアターレッスン | 19:00~20:00 運動強度:★★★ 秋冬の ツボと経絡のヨガ 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。
- 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)