

ホットヨガラウンジLooP 東大阪 5月レッスンスケジュール

◆毎週月曜日 定休日 ◆ 3日(土)・6日(火)短縮営業

	月	火	水	木	金
1		10:15～11:15 強度 ★★★ ファーストヨガ Nao	10:15～11:15 強度 ★★★★★ 開脚フローヨガ Maiko	10:15～11:15 強度 ★★ 姿勢改善ヨガ Yuka	10:15～11:15 強度 ★★★ 体幹力アップパワーヨガ Yuka
2	＼ LooPの特徴 ／ 4つのカテゴリー	11:45～12:45 強度 ★★★★★ 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	New 00:00～00:00 強度 ★★★ ゆがみ改善ヨガ 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
3	健康になりたい 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 ランプ照射Time	17:00～18:00 強度 ★★★ 春夏のツボと経絡のヨガ シアターレッスン
4	ヨガの基本をマスター 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。	New 19:00～20:00 強度 ★★★ 女性ホルモンアップヨガ Tae		1・15・29日 Mizuho 8・22日 Nao 20:00～21:00 強度 ★★★ リフレッシュヨガ	19:00～20:00 強度 ★★★★★ 開脚フローヨガ Nao
5		20:00～21:00 強度 ★★ 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	20:45～21:45 強度 ★★ 肩こりむくみ解消デトックスヨガ Nao	1・15・29日 Mizuho 8・22日 シアター New	20:45～21:45 強度 ★★★ 身体めぐりヨガ 16日 美彩心(Kanako) Nao

	土	日
1	9:30～10:30 強度 ★★★ 姿勢改善ヨガ Nao	9:30～10:30 強度 ★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ お楽しみ♪
2	11:00～12:00 強度 ★★★ はじめてのパワーヨガ Mizuho	11:00～12:00 強度 ★★★ ファーストヨガ お楽しみ♪
3	New 13:30～14:30 強度 ★ アロマリンパデトックスヨガ シアターレッスン	
4	18:00～19:00 強度 ★★ コリ取りデトックスヨガ 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