

ホットヨガラウンジLooP新栄 7月レッスンスケジュール

✿ 7月の休講日は火曜定休のみです ✿ 7/30(水)・31(木)は8月度のレッスンとなります。

	月	火	水	木	金		土	日
1	9:30～10:30 運動強度:★★★ 骨盤調整ヨガ 予約システムをご確認ください。	休館日	9:30～10:30 運動強度:★★★ 猫背改善 後屈深めヨガ Mina	9:30～10:30 運動強度:★★★★★ ダイエットヨガ Chika	9:30～10:30 運動強度:★★★ ヨガのためのピラティス yukapiss	1	9:30～10:30 運動強度:★★ アロマリラックスヨガ AIKA	9:30～10:30 運動強度:★★★★★ 開脚フローヨガ Mina
2	11:00～12:00 運動強度:★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ 予約システムをご確認ください。		11:00～12:00 運動強度:★★★ 体幹力アップ パワーヨガ Mina	11:00～12:00 運動強度:★★★ ベーシック基本ヨガ シアターレッスン シアターレッスン	11:00～12:00 運動強度:★★★ 骨盤調整ヨガ KAORI	2	11:00～12:00 運動強度:★★★★★ ウエストシェイプヨガ AIKA	11:00～12:00 運動強度:★ 星の癒しヨガニドラ Mina
3						3	13:00～14:00 運動強度:★★★ 猫背改善 後屈深めヨガ Mina	13:00～14:00 運動強度:★★★★★ 美脚・ヒップアップヨガ Kimmy
4	15:00～16:00 運動強度:★★★★★ 開脚フローヨガ YUKIKO	＼ LooPの特徴 ＼ 4つのカテゴリー✿	15:00～16:00 運動強度:★ 星の癒しヨガニドラ hiro	15:00～16:00 運動強度:★ アロマリリンパ デトックスヨガ シアターレッスン シアターレッスン	15:00～16:00 運動強度:★★★ 姿勢改善ヨガ シアターレッスン シアターレッスン	4	15:00～16:00 運動強度:★★★ 身体めぐりヨガ シアターレッスン シアターレッスン	15:30～16:30 運動強度:★★ 肩こりむくみ デトックスヨガ hiro
5	19:00～20:00 運動強度:★ アロマリリンパ トリートメントヨガ AIKA	健康になりたい	19:00～20:00 運動強度:★★ 肩こりむくみ デトックスヨガ AIKA	19:00～20:00 運動強度:★★★ ファーストヨガ Mina	19:00～20:00 運動強度:★ アロマリリンパ デトックスヨガ シアターレッスン シアターレッスン	5	19:00～20:00 運動強度:★★★ ゆがみ改善ヨガ シアターレッスン シアターレッスン	定員:20名
6	20:30～21:30 運動強度:★★★ ファーストヨガ AIKA	美しくダイエット	20:30～21:30 運動強度:★★★★★ 二の腕・背中 引き締めヨガ AIKA	20:30～21:30 運動強度:★★★ 猫背改善 後屈深めヨガ Mina	20:30～21:30 運動強度:★★★ サンセットビーチヨガ シアターレッスン シアターレッスン	6	20:30～21:30 運動強度:★★★ リフレッシュヨガ シアターレッスン シアターレッスン	★女性専用クラス シアターレッスン
		リラクゼーション						
		ヨガの基本をマスター						

月会費

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)

初期費用

入会金 ¥5,500(税込)
年会費 ¥3,300(税込)

運動強度

★★★★★

やさしい → ハード
① ② ③ ④ ⑤

- 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。



ホットヨガラウンジLooP新栄 TEL:052-242-0280