

ホットヨガラウンジLooP 東大阪 10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 強度 ★★★★★ 開脚フローヨガ Yuka	10:15～11:15 強度 ★★★★★ ダイエットヨガ Maiko	10:15～11:15 強度 ★★★ ゆがみ改善ヨガ Maiko	10:15～11:15 強度 ★★★ はじめてのパワーヨガ Yuka
2	＼ LooPの特徴 ／ 4つのカテゴリー	11:45～12:45 強度 ★★★ 姿勢改善ヨガ Yuka	11:45～18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time	11:45～12:45 強度 ★★ ボディメイク ダイエットヨガ 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 ★★★ コリ取りデトックス 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 強度 ★★★★★ 美脚ヒップアップヨガ Tae		2・16・30日 Mizuho 9・23日 Tomo 20:00～21:00 強度 ★★★ 骨盤調整ヨガ	19:00～20:00 強度 ★★★ 体幹力アップパワーヨガ Yuka
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 強度 ★★★ リフレッシュヨガ シアターレッスン	20:30～21:30 強度 ★★★ 身体めぐりヨガ Yuka	2・16・30日 Mizuho 9・23日 シアターレッスン	20:30～21:30 強度 ★★ 女性ホルモンアップヨガ 19日 美彩心(Kanako) Yuka

	土	日
1	9:30～10:30 強度 ★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ Mizuho	9:30～10:30 強度 ★★★ ファーストヨガ Tomo
2	11:00～12:00 強度 ★★★ リフレッシュヨガ Mizuho	11:00～12:00 強度 ★★ アロマリラックスヨガ 21日 美彩心 お楽しみ♪
3	13:30～14:30 強度 ★★★ 秋冬のツボと経絡のヨ 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

受け放題プレミアム ¥14,300(税込)

受け放題ライト ¥12,650(税込)

月4回コース ¥9,900(税込)

併学月2回 ¥4,730(税込)

併学月4回 ¥7,700(税込)

初期費用

入会金 ¥5,500(税込)

年会費 ¥3,300(税込)

※アメニティ ¥550/月(税込)