

ホットヨガラウンジLooP 東大阪 1月レッスンスケジュール

◆毎週月曜日 定休日 ◆ ◆12/28～1/3まで休館日◆

月	火	水	木	金
1	10:15～11:15 ★★★ 青盤調整ヨガ Yuka	10:15～11:15 ★★★ ウエストシェイプヨガ Meiko	10:15～11:15 ★★★ 関節フローヨガ Meiko	10:15～11:15 ★★★ アロマリラックスヨガ Yuka
2	11:45～12:45 ★★★ 月のヒーリングヨガ ～エナジーアップ～ シスターレッスン	11:45～12:45 ★★★ ゆがみ改善ヨガ シスターレッスン	11:45～12:45 ★★★ お尻・太もも 引き締めヨガ シスターレッスン	11:45～12:45 ★★★ ベーシック基本ヨガ シスターレッスン
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 コラーゲン会員専用 ランブ照射Time	13:15～18:30 コラーゲン会員専用 ランブ照射Time	13:15～18:30 コラーゲン会員専用 ランブ照射Time
4	ヨガの基本をマスター リフレッシュヨガ Yes	19:00～20:00 ★★★ 脂肪燃焼ヨガ Yuka	8・22日 Yome 18・28日 Mizuho 20:00～21:00 ★★★ 高コリ・くみずくろくろくヨガ Yuka	19:00～20:00 ★★★ 身体めぐりヨガ Yuka
5	コラーゲンランブ会員は 最大60分間コラーゲン ランブを受けることが できます。 20:30～21:30 ★★★ 冷え解消 免疫力アップヨガ シスターレッスン	20:30～21:30 ★★★ ゆがみ改善ヨガ Yuka	8・18日 シスターレッスン 18・28日 Mizuho	20:30～21:30 ★★★ 体幹力アップ・パワーヨガ 28日 高コリ・くみずくろくろく (Kamiko) Yuka

土	日
9:30～10:30 ★★★ リフレッシュヨガ Hami	9:30～10:30 ★★★ 女性ホルモンアップヨガ Yome
11:00～12:00 ★★★ 姿勢改善ヨガ Mizuho	11:00～12:00 ★★★ はじめてのパワーヨガ 11日 眞理心 お楽しみ♪
13:30～14:30 ★★★ コリ取りデトックスヨガ シスターレッスン	
16:00～17:00 ★★★ 美脚・ヒップアップヨガ Yome	

定員:18名 ◎ シスター定員: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。
(会員権購入を待たず)
- 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。
- 「シスターレッスン」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。

初回費用

入会金 ¥5,500 (税別)
年会費 ¥3,300 (税別)

月会費

受け放題プレミアム ¥14,300 (税別)
受け放題ライト ¥12,650 (税別)
月4回コース ¥9,500 (税別)
併学月2回 ¥4,730 (税別)
併学月4回 ¥7,700 (税別)

※アメニティ ¥550/月(税別)



ホットヨガラウンジLooP 東大阪
TEL : 072-872-3715