

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 ◆ ◆祝日9:30~/11:00~◆ 5日(火)・6日(水)短縮営業

	月	火	水	木	金
1		10:15~11:15 強度 ★★ アロマリラクソヨガ Yuka	10:15~11:15 強度 ★★★★★ 開脚フローヨガ Maiko	10:15~11:15 強度 ★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ Mizuho	10:15~11:15 強度 ★★ 肩こりむくみデトックスヨガ Yuka
	2	＼LooPの特徴／ 4つのカテゴリー	11:45~12:45 強度 ★★★★★ ゆがみ改善ヨガ シアターレッスン	11:45~12:45 強度 ★★★★★ 体幹力アップ パワーヨガ Maiko	11:45~12:45 強度 ★★★★★ 骨盤調整ヨガ Mizuho
3		健康になりたい			
	美しくダイエット			18:30~19:30 強度 ★★★★★ はじめてのパワーヨガ	
	リラクゼーション				
4	ヨガの基本をマスター	19:00~20:00 強度 ★★★★★ 体幹力アップパワーヨガ Tae	19:00~20:00 強度 ★★★★★ 姿勢改善ヨガ Yuka	20:30~21:30 強度 ★★★★★ ウェストシェイプヨガ Nami	19:00~20:00 強度 ★★★★★ リフレッシュヨガ Yuka
	5	20:30~21:30 強度 ★★ コリ取りデトックス ヨガ シアターレッスン	20:30~21:30 強度 ★★★★★ ファーストヨガ Yuka		20:30~21:30 強度 ★★★★★ 身体めぐりヨガ 15日 美彩心(Kanako) Yuka

	土	日
1	9:30~10:30 強度 ★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ Nami	9:30~10:30 強度 ★★★★★ 太陽のエネルギー アップヨガ Tomo
	2	11:00~12:00 強度 ★★ 女性ホルモンアップ ヨガ Mizuho
3		13:30~14:30 強度 ★★★★★ 免疫力アップヨガ シアターレッスン
	4	16:00~17:00 強度 ★★★★★ お尻・太もも引き締め ヨガ Tomo

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。

初期費用	月会費
入会金 ¥5,500(税込)	受け放題プレミアム ¥14,300(税込)
年会費 ¥3,300(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)

※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