

ホットヨガラウンジLooP新栄 5月レッスンスケジュール

■ 5月の休講日：5/15(金)・16(土)・17(日) ■

	月	火	水	木	金	土	日	
1	9:30~10:30 運動強度:★★★ ファーストヨガ Mina	休館日	9:30~10:30 運動強度:★ 星の癒しヨガニドラ Mina	9:30~10:30 運動強度:★★★ リフレッシュヨガ chika	9:30~10:30 運動強度:★★★ ヨガのためのピラティス yukapiss	9:30~10:30 運動強度:★ 肩こり解消ヨガ 由起	9:30~10:30 運動強度:★★★★★ 二の腕・背中 引き締めヨガ Nafumi	
	11:00~12:00 運動強度:★★★ 身体めぐりヨガ Mina		11:00~12:00 運動強度:★★ デトックスフローヨガ Mina	11:00~12:00 運動強度:★★ コリ取りデトックスヨガ シアターレッスン KAORI	11:00~12:00 運動強度:★★ アロマリラックスヨガ KAORI	11:00~12:00 運動強度:★★★★★ ゆったりフロー 由起	11:00~12:00 運動強度:★★★ 姿勢改善ヨガ Nafumi	
3	15:00~16:00 運動強度:★★ アロマリラックスヨガ YUKIKO		LooPの特徴 4つのカテゴリー	14:00~15:00 運動強度:★★ 肩こりむくみデトックスヨガ —hiroスペシャル— hiro	15:00~16:00 運動強度:★★ アロマフローヨガ シアターレッスン	14:00~15:00 運動強度:★★★~★★★★★ 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	13:00~14:00 運動強度:★★★ 腸活ヨガ Mina	New 12:30~13:30 運動強度:★★★★★ ヴァンヤサフローヨガ Kimmy
	4			16:00~17:00 運動強度:★ アロマリンパ デトックスヨガ シアターレッスン	16:00~17:00 運動強度:★★★ ゆがみ改善ヨガ シアターレッスン	16:00~17:00 運動強度:★★★ ゆがみ改善ヨガ シアターレッスン	15:00~16:00 運動強度:★★★ 骨盤インナーダイエット hyuga	New 14:00~15:00 運動強度:★★★~★★★★★ 月のヒーリングヨガ シアターレッスン
5			19:00~20:00 運動強度:★★★ はじめてのパワーヨガ ちかこ	健康になりたい	19:00~20:00 運動強度:★★ タオル de 骨盤調整 AIKA	19:00~20:00 運動強度:★ 腰リラクヨガ AIKA	19:00~20:00 運動強度:★ ゆるめるヨガ hyuga	19:00~20:00 運動強度:★★★ リフレッシュヨガ シアターレッスン
	6		20:30~21:30 運動強度:★★ 肩甲骨ヨガ ちかこ	美しくダイエット	20:30~21:30 運動強度:★ 肩リラクヨガ AIKA	20:30~21:30 運動強度:★★★ リブフローヨガ AIKA	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	20:30~21:30 運動強度:★ アロマリンパ デトックスヨガ 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				シアターレッスン	

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 ¥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)

運動強度

やさしい ← → ハード

★★★★★ ① ② ③ ④ ⑤

- 体験レッスンはお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。