

ホットヨガラウンジLooP 東大阪 9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~/◆

	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 ★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ Maiko	10:15~11:15 強度 ★★★★★ 二の腕・背中引き締めヨガ Mizuho	10:15~11:15 強度 ★★ アロマリラックスヨガ Yuka
2	＼ LooPの特徴 ／ 4つのカテゴリー	11:45~12:45 強度 ★★ コリ取りデトックスヨガ シアターレッスン	11:45~12:45 強度 ★★★ 姿勢改善ヨガ Maiko	11:45~12:45 強度 ★★★ はじめてのパワーヨガ Mizuho	11:45~12:45 強度 ★★★ 太陽のエネルギーアップヨガ シアターレッスン
3	健康になりたい 美しくダイエット リラクゼーション			18:30~19:30 強度 ★★★ ファーストヨガ	
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	19:00~20:00 強度 ★★★ コアシェイプヨガ Yuka	Tomo 20:30~21:30 強度 ★★★ 骨盤調整ヨガ	19:00~20:00 強度 ★★★ リフレッシュヨガ Yuka
5		20:30~21:30 強度 ★★ 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	20:30~21:30 強度 ★★★ 身体めぐりヨガ Yuka	Nami	20:30~21:30 強度 ★★ 肩こりむくみ解消デトックスヨガ 18日 美彩心(Kanako) 4日Yuka 11・25日Nami

	土	日
1	9:30~10:30 強度 ★★★ 身体めぐりヨガ Nami	9:30~10:30 強度 ★★★ はじめてのパワーヨガ Tomo
2	11:00~12:00 強度 ★★★ ファーストヨガ Mizuho	11:00~12:00 強度 ★★★ 姿勢改善ヨガ 20日 美彩心(Kanako) お楽しみ♪
3		
4	16:00~17:00 強度 ★★ 女性ホルモンアップヨガ 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。

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)



ホットヨガラウンジLooP 東大阪
TEL : 072-872-3715