

ホットヨガラウンジLooP 5月レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
時間		10:30~11:30 <small>体験OK</small>	10:30~11:30 <small>体験OK</small> (ライトホット) 太もも&お尻 引き締めヨガ	10:30~11:30 <small>体験OK</small> アロマリラックスヨガ	10:30~11:30 <small>体験OK</small> 二の腕&背中 引き締めヨガ	10:00~11:00 太陽のエネルギー アップヨガ	10:30~11:30 <small>体験OK</small> (ライトホット) 太もも&お尻 引き締めヨガ
レッスン名		New! ファーストヨガ					
時間		12:45~13:45	11:25~12:25		10:30~11:30	11:30~12:30	13:00~14:00 <small>体験OK</small>
レッスン名		キャンドルリラックス フローヨガ	骨盤・姿勢改善 コンディショニングヨガ		中医経絡 アロマヨガ	リンパデトックスヨガ	アロマリリンパ トリートメントヨガ
時間		13:00~14:00 <small>体験OK</small>	13:00~14:00 <small>体験OK</small>	13:00~14:00 <small>体験OK</small>	13:00~14:00 <small>体験OK</small>	13:00~14:00 <small>体験OK</small> (女性限定)	14:30~15:30 <small>体験OK</small> 5/14限定90分イベント
レッスン名		ホットピラティス	肩こりむくみ解消 デトックスヨガ	ウエスト引き締めヨガ	アロマリリンパ トリートメントヨガ	女性ホルモンアップヨガ	Theホットヨガ60
時間			18:30~19:30 <small>体験OK</small>	18:00~19:00 <small>体験OK</small>	18:30~19:30 <small>体験OK</small>	16:00~17:00 <small>体験OK</small> (男性限定)	
レッスン名			星の癒しヨガニドラ メディテーションヨガ	二の腕&背中 引き締めヨガ	太もも&お尻 引き締めヨガ	メンズヨガ (13日のみ実施)	
時間	19:00~20:00			19:30~20:30			
レッスン名	キャンドルリラックス フローヨガ			骨盤・姿勢改善 コンディショニングヨガ			
時間		19:00~20:00 <small>体験OK</small>		19:30~20:30 <small>体験OK</small> (ライトホット) はじめてのパワーヨガ		19:00~20:00 <small>体験OK</small>	
レッスン名		肩こりむくみ解消 デトックスヨガ				星の癒しヨガニドラ メディテーションヨガ	
時間		21:00~22:00 <small>体験OK</small> (ライトホット)	20:00~21:00 <small>体験OK</small>	21:00~22:00 <small>体験OK</small> 女性限定	20:00~21:00 <small>体験OK</small>		
レッスン名		ウエスト引き締めヨガ	骨盤調整ヨガ	美顔小顔 アンチエイジングヨガ	アロマリラックスヨガ		

5/14(日)14:30~16:00
90分イベント
1回消化 + ¥500

ホットヨガ	ホットヨガスタジオで行います
美しくなりたい	★★★★ ウエスト引締めヨガ ★★★★ 二の腕&背中引締めヨガ ★★★★ 太もも&お尻引締めヨガ ★★★★ ホットピラティス
ヨガを深めたい	★★ 美顔小顔アンチエイジングヨガ ★★★★★ 太陽のエネルギーアップヨガ ★★★★★ 初めてのパワーヨガ ★★★★★ Theホットヨガ60 ★★★★★ ファーストヨガ
健康になりたい	★★★★ 骨盤調整ヨガ ★★★ 肩こりむくみ解消デトックスヨガ ★★★ 女性ホルモンアップヨガ
リラクゼーション	★★ アロマリラックスヨガ ★ アロマリリンパトリートメントヨガ ★ 星の癒しヨガニドラメディテーションヨガ

ウォームアップヨガ・フリー **フィットネスAスタジオ(常温)で行います**

- ★★★★ 姿勢改善・骨盤コンディショニングヨガ
- ★★★★ 中医経絡アロマヨガ
- ★★★ キャンドルリラックスフローヨガ
- ★ リンパデトックスヨガ

体験OK 体験受講 possible のクラス ライトホット 35度前後のじんわり温かいのクラス
女性限定 女性限定のクラス 男性限定 男性限定のクラス

ウォームアップヨガ・フリー特割

* ホットヨガラウンジLooPの月会費
+
ウォームアップヨガ・フリーの月会費 ¥2,970/月

で追加受講できます(但しドロップインは除く)

