

# ホットヨガラウンジLooP 東大阪 8月レッスンスケジュール

◆毎週月曜日 定休日 ◆ 12日(月)~17日(土) 休館日

	月	火	水	木	金
1		10:15~11:15 肩こりむくみ解消デ トックスヨガ <i>New</i>	10:15~11:15 開脚フローヨガ	10:15~11:15 脂肪燃焼ヨガ 8日 美彩心	10:15~11:15 骨盤調整ヨガ
		Nao	Maiko	Nao	Yuka
2	＼ LooPの特徴 / 4つのカテゴリー	11:45~12:45 体幹カアップパワーヨ ガ	11:45~18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time	11:45~12:45 リフレッシュヨガ シアターレッスン	12:00~16:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time
	健康になりたい	Maiko			
3	美しくダイエット	13:15~18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time		13:30~17:30 コラーゲン会員様専用	17:00~18:00 ダイエットヨガ シアターレッスン
	リラクゼーション			18:30~19:30 美脚ヒップアップヨガ <i>New</i>	
4	ヨガの基本をマスター	19:00~20:00 姿勢改善ヨガ	19:00~20:00 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン	Yuka	19:00~20:00 開脚フローヨガ
	コラーゲンランプ会員様 は最大60分間コラーゲン ランプを浴びることが できます。	Tae		20:00~21:00 リフレッシュヨガ	Nao
5		20:30~21:30 月のヒーリングヨガ シアターレッスン	20:45~21:45 アロマリラックスヨガ	1・22日 Yuka 8・29日 シアター	20:45~21:45 肩こりむくみ解消デトックスヨガ 23日 美彩心
			Nao		Nao

	土	日
1	9:30~10:30 姿勢改善ヨガ Nao	9:30~10:30 ファーストヨガ お楽しみ♪
2	11:00~12:00 開脚フローヨガ Mizuho	11:00~12:00 体幹カアップパワーヨガ 25日 美彩心 お楽しみ♪
3	13:30~14:30 春夏の ツボと経絡のヨガ シアターレッスン	
4	18:00~19:00 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン	

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

### 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 ¥13,750(税込)  
受け放題ライト ¥12,100(税込)  
月4回コース ¥9,350(税込)  
※アメニティ ¥550/月(税込)