

# ホットヨガラウンジLooP 東大阪 10月レッスンスケジュール

◆毎週月曜日 定休日◆

	月	火	水	木	金
1		10:15~11:15 骨盤調整ヨガ Nao	10:15~11:15 ダイエットヨガ Maiko	10:15~11:45 開脚フローヨガ 3日 美彩心(Nao) Yuka	10:15~11:15 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 ファーストヨガ Maiko	11:45~18:30 コラーゲン会員様専用 ランプ照射Time	11:45~12:45 脂肪燃焼ヨガ 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
3	健康になりたい	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	
4	美しくダイエット	19:00~20:00 体幹力アップパワーヨガ Tae	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	18:30~19:30 肩こりむくみ解消デトックスヨガ 3・17・31日 Mizuho 10・24日 Yuka	19:00~20:00 はじめてのパワーヨガ Nao
5	リラクゼーション	20:30~21:30 リフレッシュヨガ シアターレッスン	20:45~21:45 姿勢改善ヨガ Nao	20:00~21:00 ダイエットヨガ 3・17・31日 Mizuho 10・24日 シアター	20:45~21:45 骨盤調整ヨガ 20日 美彩心 Nao
	ヨガの基本をマスター	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。			

	土	日
1	9:30~10:30 リフレッシュヨガ Nao	9:30~10:30 美脚ヒップアップヨガ お楽しみ♪
2	11:00~12:00 脂肪燃焼ヨガ Mizuho	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ 27日 美彩心 お楽しみ♪
3	13:45~14:45 身体めぐりヨガ シアターレッスン	
4	18:00~19:00 サンセットビーチヨガ 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)



ホットヨガラウンジLooP 東大阪  
TEL : 072-872-3715