

ホットヨガラウンジLooP 札幌 1月レッスンスケジュール

1月1日(日)～1月3日(火)は休講日となります。

月	火	水	木	金	土	日
日程	10・17・24・31	4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28	8・15・22・29
定休日	9:50～10:50 脂肪燃焼ヨガ ----- Mico	10:30～11:30 リフレッシュヨガ ----- Mayu	10:30～11:30 太もも&お尻 引締めヨガ ----- CHIAKI	10:00～11:00 骨盤調整ヨガ ----- Kazue	8:45～9:45 太陽のエネルギー アップヨガ ----- Mico	8日のみ『ポーズを覚えてトライしよう』 新春90分アシュタンガ 9:30スタート 10:00～11:00 9:30～11:00(8日のみ) +☺ アシュタンガ ヨガ初級 ----- Mico
	🎥 11:40～12:40 アロマリンパ トリートメントヨガ ----- シアターレッスン		🎥 12:15～13:15 太陽のエネルギー アップヨガ ----- シアターレッスン		🎥 10:15～11:15 脂肪燃焼ヨガ ----- シアターレッスン	
	一定員 通常クラス 10名 シアターレッスン 5名		＜ワンポイントレッスン(後屈)＞ シアターレッスンで👍マークが あるレッスンは開始5分前から ワンポイントレッスンがスタートします。		12:00～13:00 ツボと経絡のヨガ ----- Aya	11:30～12:30 姿勢改善ヨガ ----- Mico
		🎥 16:30～17:30 月のヒーリングヨガ ----- シアターレッスン			+☺ 8日(日)のみ30分延長 別途+1,000円受領いた します	13:00～14:00 アロマリンパ トリートメントヨガ ----- 2,4週⇒Mayu 3,5週⇒シアター
	🎥 18:30～19:30 ダイエットヨガ ----- シアターレッスン		🎥 19:00～20:00 脂肪燃焼ヨガ ----- シアターレッスン	🎥 19:00～20:00 骨盤調整ヨガ ----- シアターレッスン	🎥 15:00～16:00 月のヒーリングヨガ ----- シアターレッスン	🎥 14:30～15:30 脂肪燃焼ヨガ ----- シアターレッスン
健康になりたい		19:30～20:30 肩こりむくみ解消 デトックスヨガ ----- Hiromi	21:00～22:00 アロマリンパ トリートメントヨガ ----- Mayu	20:30～21:30 リフレッシュヨガ ----- Mico	19:00～20:00 アロマリラックス ヨガ ----- Akari	
美しくダイエット						
リラクゼーション						
ヨガの基本を マスター						

- 体験レッスンは上記レッスンより好きなレッスンをお選びください。
- プログラム・インストラクターは変更す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。

ホットヨガラウンジLooP 札幌 TEL:011-398-7715

初期費用

入会金 ¥5,500(税込)
年会費 ¥3,300(税込)

月会費

受け放題 ¥13,200(税込)
受け放題デイトタイム ¥11,000(税込)
月6回コース ¥8,800(税込)
月4回コース ¥7,700(税込)
月3回コース ¥7,150(税込)