

ホットヨガラウンジLooP 札幌 6月レッスンスケジュール

◆ 6/15(土)・6/16(日)は休講日です ◆

	月	火	水	木	金
日程		4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28
1 定休日		10:00～11:00 ベーシックヨガ	10:30～11:30 ツボと経絡のヨガ	10:00～11:00 姿勢改善ヨガ	10:00～11:00 身体が柔らかくなる 開脚フローヨガ New!
		週替わりで担当	Mayu	Mico	Akari
	2	11:30～12:30 姿勢改善ヨガ	12:00～13:00 脂肪燃焼ヨガ	11:30～12:30 パワーヨガ	11:30～12:30 春夏の経絡ヨガ
		シアター(Mico)	シアター(Mico)	Mico	シアター(Mico)
	3		16:30～17:30 サンセットビーチヨガ	16:30～17:30 月のヒーリングヨガ	
	＼ LooPの特徴 ＼ 4つのカテゴリー		シアター(Mico)	シアター(Mico)	
4	健康になりたい	18:30～19:30 アロマリンパ トリートメントヨガ	20:00～21:00 肩こりむくみ解消 デトックスヨガ	19:00～20:00 骨盤調整ヨガ	19:00～20:00 サンセットビーチヨガ
	美しくダイエット	シアター(Mia)	Airi	シアター(Mia)	シアター(Mico)
5	リラクゼーション	20:30～21:30 体幹力アップ パワーヨガ		21:00～22:00 身体が柔らかくなる 開脚フローヨガ New!	20:30～21:30 骨盤調整ヨガ
	ヨガの基本をマスター	Mico		Mayu	Mico

	土	日
日程	1・8・22・29	2・9・23・30
1	9:30～10:30 太陽のエネルギー アップヨガ	10:00～11:00 ベーシックヨガ
	Mico	Mico
2	11:00～12:00 骨盤調整ヨガ	11:30～12:30 ツボと経絡のヨガ
	Akari	Mico
3	15:00～16:00 アロマリンパ トリートメントヨガ	13:00～14:00 パワーヨガ (サンセットビーチヨガ)
	シアター(Mia)	1,4週⇒Mayu 2,5週⇒シアター(Mico)
4	17:30～18:30 ヒーリング デトックスヨガ	14:30～15:30 ダイエットヨガ
	週替わりで担当	シアター(Yoko)
5		

— 定員 —
通常クラス:14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。

- 体験レッスンは好きなレッスンからお選びください。
- 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 ¥13,200(税込)
受け放題デイトム ¥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)



ホットヨガラウンジLooP 札幌

TEL : 011-398-7715