

ホットヨガラウンジLooP 札幌 12月レッスンスケジュール

◆ 12/27(金)～12/31(火)は休講日です ◆ ※11/29(金)～は12月度のレッスンメニューとなります。

	月	火	水	木	金	
	日程	3・10・17・24	4・11・18・25	5・12・19・26	11/29・6・13・20	
1	定休日	10:00～11:00 リフレッシュヨガ Akari	10:30～11:30 パワーヨガ Mayu	10:00～11:00 秋冬の経絡ヨガ Mico	10:00～11:00 ウエストシェイプヨガ Akari	
		11:30～12:30 ツボと経絡のヨガ シアター(Mico)	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ シアター(Yoko)	11:30～12:30 アシュタンガヨガ初級 Mico	11:30～12:30 骨盤調整ヨガ シアター(Mia)	
			16:30～17:30 リフレッシュヨガ シアター(Mico)	16:30～17:30 脂肪燃焼ヨガ シアター(Mico)		
		健康になりたい 美しくダイエット	18:30～19:30 月のヒーリングヨガ シアター(Mico)	20:00～21:00 肩こりむくみ解消 デトックスヨガ Mico	19:00～20:00 骨盤調整ヨガ シアター(Mia)	19:00～20:00 リフレッシュヨガ シアター(Mico)
		リラクゼーション ヨガの基本をマスター	20:30～21:30 ベーシックヨガ Ami		21:00～22:00 パワーヨガ Mayu	20:30～21:30 アンチエイジングヨガ Mico
3	＼LooPの特徴／ 4つのカテゴリー					

	土	日
	11/30・7・14・21	1・8・15・22
1	9:30～10:30 ベーシックヨガ Mico	10:00～11:00 太陽のエネルギー アップヨガ Mico
	11:00～12:00 ダイエットヨガ Mayu	11:30～12:30 秋冬の経絡ヨガ Mico
3	15:00～16:00 アロマリンパ トリートメントヨガ シアター(Mia)	13:00～14:00 骨盤調整ヨガ シアター(Mia)
	17:30～18:30 ヒーリング デトックスヨガ 週替わりで担当	14:30～15:30 サンセットビーチヨガ シアター(Mico)
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＞
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。

- 体験レッスンはお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。

初期費用

入会金 ¥5,500 (税込)
年会費 ¥3,300 (税込)

オプション

リタタカ会員 ¥550 (税込)～
水素水会員 ¥1,100 (税込)

月会費

受け放題 ¥13,200 (税込)
受け放題デイトイム ¥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)



ホットヨガラウンジLooP 札幌
TEL : 011-398-7715