

# ホットヨガラウンジLooP 新栄 9月レッスンスケジュール

◆9/22(日)・23(月祝)は休講日です◆

	月	火	水	木	金	
1		定休日	9:30~10:30 アロマリリラックスメントヨガ Mina	9:30~10:30 【ライトホット】 太陽のエネルギーアップヨガ Chika	会員様限定	
2	11:00~12:00 骨盤調整ヨガ シアターレッスン		11:00~12:00 ファーストヨガ Mina	11:00~12:00 春夏のツボと経絡のヨガ シアターレッスン	11:00~12:00 美顔・アンチエイジングヨガ hiro	
3	14:00~15:00 アロマリリラックスヨガ シアターレッスン				14:00~15:00 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン	
4			＼ LooPの特徴 ＼ 4つのカテゴリー	16:00~17:00 月のヒーリングヨガ シアターレッスン		16:00~17:00 開脚フローヨガ YUKIKO
5	19:00~20:00 【ライトホット】 二の腕・背中引き締めヨガ sayuri		健康になりたい 美しくダイエット リラクゼーション	19:00~20:00 身体めぐりヨガ hiro	19:00~20:00 はじめてのパワーヨガ Mina	19:00~20:00 ダイエットヨガ シアターレッスン
6	20:30~21:30 ファーストヨガ sayuri		ヨガの基本をマスター	20:30~21:30 脂肪燃焼ヨガ シアターレッスン	20:30~21:30 肩こりむくみ デトックスヨガ Mina	20:30~21:30 月のヒーリングヨガ シアターレッスン

	土	日
1		9:30~10:30 【ライトホット】 ダイエットヨガ Mina
2	11:00~12:00 サンセットビーチヨガ シアターレッスン	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ Mina
3	13:00~14:00 星の癒しヨガニドラ Mina	13:00~14:00 二の腕・背中 引き締めヨガ Kimmy
4	15:00~16:00 身体めぐりヨガ シアターレッスン	15:00~16:00 太陽のエネルギー チャージヨガ シアターレッスン
5	19:00~20:00 美脚・ヒップアップヨガ シアターレッスン	19:00~20:00 アロマリリラックスヨガ シアターレッスン

定員：20名

★のあるレッスンは女性専用クラスです。

- 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 ¥12,650(税込)  
受け放題ライト ¥11,000(税込)  
月4回コース ¥8,800(税込)  
月3回コース ¥7,700(税込)  
メンズ受け放題 ¥9,900(税込)  
メンズ月4回コース ¥8,800(税込)