

# 他のホットヨガスタジオとココが違う! ルークの特徴!!

## 天然溶岩プレートの効果

天然溶岩プレートが放出する遠赤外線によって、もっと代謝改善、もっとシェイプアップ、もっと美肌に!! 発汗、デトックス、冷え性改善も促進!!

## ホットヨガの効果

ホットヨガによって、代謝改善、シェイプアップ、美肌、発汗、デトックス、冷え性改善、リラックス、肩こり・腰痛改善、ストレス発散!!

## コラーゲントリートメントランプ®の効果

コラーゲントリートメントランプによって、コラーゲンの生成を促進。もっと代謝改善、もっと美肌に!!

天然溶岩プレート

普通のホットヨガスタジオに通うんじゃもったいない!!

コラーゲントリートメントランプ®

ルークの **×3** トリプル効果

オープンから5ヶ月、たくさんの方がコラーゲン&溶岩&ホットヨガのトリプル効果を実感しています!

### ルークのこだわり!!

#### 1 美彩心

コラーゲントリートメントランプ®の光を全身に浴びながら、脚・お腹・首筋から胸元のボディケアを行うクラスです。セルフマッサージによって血液やリンパの流れを良くしながらデトックス効果を高め、スッキリとしたボディラインへと導きます。



もっと美肌に  
もっとデトックス

暖かい溶岩の上で美彩心を受けられるのは西宮ではルークだけ!

ホットヨガ

肌が白くなった!  
肌のハリが出て乾燥がなくなった!  
化粧水の使用量が減った!  
代謝が改善して9キロ痩せた!  
髪にコシが出てきた!



スタジオ (コラーゲントリートメントランプ® 点灯時)

#### 2 溶岩コラーゲンシャワータイム NEW

##### 4月よりスタート

レッスン開始前・終了後の時間を使って、暖かい溶岩プレートの上に横になり、コラーゲントリートメントランプの光を全身に浴びる30分~3時間のリラックスフリータイム。



もっと美肌に  
もっとリラックス

会員種別に関わらず  
利用し放題!!  
だからお得!!

こんな人に  
オススメ

#### ■会員種別と料金のご案内

\*入会受付日の当月及び翌月の1日もしくは16日からご利用になれます。\*価格はすべて税込です。

会員種別	ご利用いただけるレッスンの回数	入会金	登録手数料	月会費	ご利用いただける時間
NEW 月2回会員	1ヶ月につき2レッスンまでご参加いただけます。 ※2レッスンを超える場合は追加料金が必要です。	¥0	¥0	¥4,800	レッスン開始30分前から レッスン終了後1時間以内に (溶岩コラーゲンシャワータイム終了後30分以内) (※各日最終レッスンは、営業終了時間まで)
月4回会員	1ヶ月につき4レッスンまでご参加いただけます。 ※4レッスンを超える場合は追加料金が必要です。			¥8,620	
フリー会員	お好きなクラスにご参加いただけます。			¥12,940	

#### ■オプション会員種別

\*価格はすべて税込です。

会員種別(オプション)	ご利用いただけるサービス内容	月会費
水素水会員	専用サーバーから水素水をチャージし放題	¥1,080
NEW タオル付会員(月2回)	①フェイスタオル ②バスタオル	¥540
タオル付会員(月4回)		¥1,080
タオル付会員(フリー)		¥2,700

#### ■ご入会手続きにご用意いただくもの

- ① ¥0 入会金
- ② ¥0 登録手数料
- ③ ¥ 月会費
- ④ 通帳
- ⑤ 顔写真
- ⑥ 自身のスマホまたはタブレット

●通常月会費2ヶ月分のところ、  
今だけ月会費1ヶ月分(ご利用開始が16日以降の場合も1ヶ月分)  
※キャンペーンの適用は3ヶ月以上の会員継続が条件です。

#### ■入会後の会費の支払い方法

毎月28日に翌月分をご指定の金融機関口座より自動振替させていただきます。

#### ■ご入会の注意事項

- 施設のご利用は記名のご本人に限ります。
- 18歳以上の女性の方が対象です。(高校生は除きます)。
- 以下の方は、ご入会いただけません。
  - ・医師などに運動を禁じられている方。
  - ・暴力団関係者ならびにこれに類する方。
  - ・刺青・タトゥーのある方。
  - ・妊娠中の方。
  - ・光線に過敏な体質(光線過敏症)の方。
  - ・色素細胞に対する自己免疫疾患(原田病・バセドウ病)をお持ちの方
- 全館禁煙です。
- お支払いいただいた入会金、会費等は、利用開始日以降ご返金できません。
- ご入会后、入会資格に達しない状況になった場合、会員資格を失効することとなりますので、ご注意ください。

# レッスンスケジュール

2019.1月~3月 レッスンスケジュール 祝日はその曜日の16時までのレッスンをを行います。

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00						
10:30	ホットヨガ 小野 博美	ホットヨガアクティブ 中西 幸子	ホットヨガ 川井 あゆみ	ホットヨガリラックス 小野 博美	ホットヨガ 中西 幸子	ホットヨガアクティブ 西本 夢乃
11:00						
11:30						
12:00	ホットヨガリラックス 秋山 瑞美	ホットヨガ 中西 幸子	美彩心 森 美幸	ホットヨガ 小野 博美	ホットヨガリラックス 中西 幸子	ホットヨガ 平野 律子
12:30						
13:00						
13:30						
14:00		美彩心 加賀 なぎ紗	ホットヨガリラックス 中西 幸子	美彩心 加賀 なぎ紗	ホットヨガアクティブ 宮崎 貴子	ホットヨガリラックス 平野 律子
14:30						
15:00					ホットヨガ 宮崎 貴子	ホットヨガ 黄 弘子
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30						
18:00						
18:30						
19:00						
19:15	ホットヨガ 中西 幸子	美彩心 森 美幸	ホットヨガ 野口 京子	ホットヨガアクティブ 小野 博美	美彩心 加賀 なぎ紗	
20:00						
20:15						
20:30	ホットヨガリラックス 中西 幸子	ホットヨガ 宮崎 貴子	ホットヨガリラックス 加賀 なぎ紗	ホットヨガ 森 美幸	ホットヨガ 淡川 麻智枝	
21:00						
21:30						
22:00						

2019.4月~9月レッスンスケジュール(予定) 祝日はその曜日の16時までのレッスンをを行います。

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム
10:30	ホットヨガ 小野 博美	ホットヨガアクティブ 中西 幸子	ホットヨガ 川井 あゆみ	ホットヨガリラックス 小野 博美	ホットヨガ 中西 幸子	ホットヨガアクティブ 西本 夢乃
11:00						
11:30						
12:00	ホットヨガリラックス NEW 梶井 歩	ホットヨガ 中西 幸子	溶岩コラーゲンシャワータイム	ホットヨガ 小野 博美	ホットヨガリラックス 中西 幸子	ホットヨガ 平野 律子
12:30						
13:00						
13:30	溶岩コラーゲンシャワータイム	美彩心 加賀 なぎ紗	溶岩コラーゲンシャワータイム	美彩心 加賀 なぎ紗	NEW ホットヨガ 宮崎 貴子	ホットヨガリラックス 平野 律子
14:00						
14:30						
15:00						
15:30					NEW ホットヨガリラックス 宮崎 貴子	ホットヨガ 黄 弘子
16:00						溶岩コラーゲンシャワータイム
16:30						
17:00						
17:30	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム	溶岩コラーゲンシャワータイム
18:00	NEW 肩こり・腰痛改善ヨガ 野口 京子	NEW ホットヨガリラックス 嶺本 ゆいり	NEW ホットヨガリラックス 野口 京子	NEW ホットヨガ 廣藤 久美	NEW ホットヨガリラックス 和田 由美	
18:30						
19:00	ホットヨガ 中西 幸子	美彩心 森 美幸	ホットヨガ 野口 京子	ホットヨガアクティブ 小野 博美	美彩心 加賀 なぎ紗	
19:15						
20:00	ホットヨガリラックス 中西 幸子	ホットヨガ 宮崎 貴子	NEW 肩こり・腰痛改善ヨガ 加賀 なぎ紗	NEW ホットヨガリラックス KAORU	ホットヨガ 淡川 麻智枝	
20:15						
21:00						
21:30						
22:00						

詳しい情報は  
ホームページでチェック▼

https://lafit-ruc.com

このエアポップが  
目印です!

溶岩ホットヨガ  
&コラーゲンスタジオ  
ラフィット  
ルーク  
甲子園グリーンビル2F  
ラフィットにて  
入会受付中!!

阪神電車 甲子園駅

東改札口 ケンタッキーさん

魚民さん

入会受付場所  
タイガース  
フィットネススクラブ  
ラフィット  
ARCUS1F・2F

Google ラフィットルーク 検索

お問合せは  
**TEL.0798-40-5044**

入会受付は  
タイガースフィットネススクラブ  
**FIT ラフィット**にて行います。

三井住友銀行さん