

# リラックス 岩盤ヨガ

おすすめ  
プログラム



岩盤浴室内で行うヨガ。遠赤外線で身体の内側から温めながら、ヨガで身体を整えていきます。サラサラな汗で心身共にリラックス。

## 9日のスケジュール 10日のスケジュール

水曜日 20:20 ~ 21:20	土曜日 16:30 ~ 17:30
	2日
	9日
13日	16日
27日	30日

水曜日 20:20 ~ 21:20	土曜日 16:30 ~ 17:30
	7日
11日	14日
18日	21日
25日	28日

◆会員 1,000円 (税込) ◆非会員 1,400円 (税込)

予約制 定員各5名 専用マット付

担当インストラクター：堀米 千伊

最低開催人数3名

(前日 15:00 までに満たない場合は中止)

岩盤ヨガのキャンセルについて

前日 15:00 以降のキャンセルにつきましては、全額をご負担頂きます。キャンセル待ちの方もおりますので、キャンセルの際にはお早目のご連絡をお願い致します。

出来るだけ多くの方にご参加頂けるよう、ご協力ください。

お申込み・お問合せはお電話または2Fフロントまで