

おすすめ  
プログラム

# 岩盤ヨガ



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。

WEB予約  
受付中!



担当インストラクター：堀米 千伊  
予約制 定員各日5名 専用マット付

最低開催人数 3名 (前日15:00までに満たない場合は中止)

◆会員 1,000円(税込)

◆非会員 1,400円(税込)

## 4月のスケジュール

水曜日 20:20 ~ 21:20	土曜日 16:15 ~ 17:15
	7日
11日	14日
	21日
25日	28日

## 5月のスケジュール

水曜日 20:20 ~ 21:20	土曜日 16:15 ~ 17:15
9日	12日
	19日
23日	26日
30日	

### 【予約受付開始】

開催日**2週間前**の午前**9:30**から予約できます。

※5/5の予約は4/21から可能です。

### 【キャンセル】

前々日まで可能です。

前日から**キャンセル料が発生**します。

キャンセル待ちの受付は致しません。

予約サイトで空き状況が確認できますので、ご確認の上ご予約ください。

ビジター(非会員様)も大歓迎! お気軽にご参加ください!