

モエレ天然温泉たまゆらの杜
好きな時に参加できる♪

ご予約不要
お手続不要

岩盤浴ホットヨガ

体の芯から温まる♪体がスッキリ軽い!



《開催日・プログラム》

曜日	時間	受付開始	プログラム	運動量
月曜	20時～21時	19:30～	アロマリンパリラックスヨガ	★
火曜	10時～11時	9:30～	アロマリラックスヨガ	★
水曜	10時～11時	9:30～	リフレッシュヨガ	★★
木曜	19時～20時	18:30～	引き締めデトックスヨガ	★★★
金曜	10時～11時	9:30～	ダイエットヨガ	★★★★
土曜	10時～11時	9:30～	リンパヨガ	★★
日曜	10時～11時	9:30～	姿勢改善ヨガ	★★

■参加費

1回 1200円(税込)

10回券 1万円(税込)15ヶ月有効

※別途入浴料がかかります。

■持ち物/動きやすい服装・お飲み物※館内着、タオル類レンタル有(有料)
タオルご持参がお得です♪

■定員18名(予約不要) ※レッスン開始30分前より受付開始

●コロナ対策の為、岩盤浴内での私語をお控えいただき、レッスン途中に換気休憩を行います。

※原則レッスン中はマスク着用をお願いしています。

