

新たな刺激をめざして

新設! パーソナルヨガ

PERSONAL YOGA

パーソナルヨガとは?

少人数（1～3名）で同時にトレーニングからコンディショニングを実施し、一人ひとりに合わせたヨガのポーズを習得し、ヨガの目的をより理解するためのコンテンツです。スタジオで行う大人数のヨガレッスンと異なり、各々の気になる部位やご希望に合わせた効果を求める方、ご自身に合ったヨガの動きの習得にもおススメです。

パーソナルトレーナー・実施日時（希望トレーナーにより実施日時が異なります。）



かない としき
金井 俊希

- ・全米ヨガアライアンス
- ・ラディカルフィットネス
- ファイドウ・X-55・パワー

予約可能日時

(金) 10:30 - 18:00

※通常パーソナル・グループパーソナル

どちらもご予約できます。

実施内容

筋力アップ	シェイプアップ
姿勢改善	パーソナルヨガ
ストレッチヨガ	グループヨガ
ヨガ・トレーニングを複合した調整	

パーソナルヨガ
新設キャンペーンとして
会員種別、実施人数に関係なく
1枠3,850円(税込)で
受付中!

2名だと…1名あたり1,925円

3名だと…1名あたり約1,285円

グループでお得に体験可能!

※割引期間は9月、10月実施分とさせていただきます。

※期間中の予約は2枠までのご予約とさせていただきます。

実施時間 1枠（1～3名まで） 60分間

料金 1名4,950円 2名6,600円 3名8,250円（すべて税込）

申込方法 希望日の前日までにフロントにてお申込みください。