

ヨガを楽しむ 45分間

CHECK!



- ・身体の不調(腰痛や肩こりなど)を感じている方
- ・ポーズに疑問を感じている方

【担当者】Kazuyo



ポーズに疑問を感じていたり、
なんだか呼吸の苦しさや
レッスン後に疲れを感じることは
ありませんか？

姿勢や体幹力をチェックしながら
身体の動きを丁寧に確認します！

ヨガ初心者さん～ご参加OK！
ご自身の動きにじっくり向き合って
ヨガを楽しむ45分間♪

【開催要項】

10月 5日

11月 2日

~~12月~~ 7日(開講なし)

※10/1更新

曜日 日曜日

時間 14:50～15:35

場所 Aスタジオ

定員 20名(最少催行人数4名)

料金 1,650円(税込)/回

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【10月分】フルエリアプレミアム/フルエリア
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 9月19日(金)12:00～
… 9月21日(日)22:00～
【11月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 10月20日(月)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 10月20日(月)12:00～

申込締切 10月分…10月2日(木) 11月分…10月30日(木) 23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各回開講日3日前まで…0% / 開講日2日前以降…100%
返金 開講予定レッスン終了後の返金となります。