

60分レッスン

Aroma Yoga

～自律神経のバランスを整え、
花粉症の症状を和らげるヨガ～



自然な植物から抽出されたオーガニックアロマを使用。

「呼吸を深める」、「花粉症の症状を緩和する」

アロマが香る空間で、脊柱・骨盤をゆるめる呼吸、アーサナを行います。



アロマは、ようインストラクター
オリジナルブレンド！

目には見えない香りが嗅覚を通し、
脳へ直接伝わり、そして私たちの
心・感情・身体に変化をもたらします。

香りはフロントでお試しいただけます！

4.18(fri)12:00～フロントにて予約受付開始

2025.5.2 (fri)
21:00-22:00

こんな方におすすめ

- ・花粉症でお困りの方
- ・眠りが浅い、寝つきが良くない方
- ・休日明けの気力がわかない方

Information

- 料 金 : 1,000円(税抜)1,100円(税込)
- 場 所 : スタジオ
- 定 員 : 21名
- 持 ち 物 : バスタオル
- 受付方法 : フロントにて予約、支払い、受講場所の選択
- キャンセル : レッスン前日までのキャンセル→全額返金
当日キャンセル→返金不可

