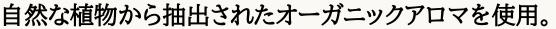
60分レッスン

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~



「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

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

2025.5.2 (fri) 21:00-22:00

Information

:1,000円(税抜)1,100円(税込) 〇 料 金

〇場所 : スタジオ 〇 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

