

ほんのり

yoga

バレエとヨガを組み合わせた新しいカタチ
もっと自分を知って、美しさを引き出しましょう

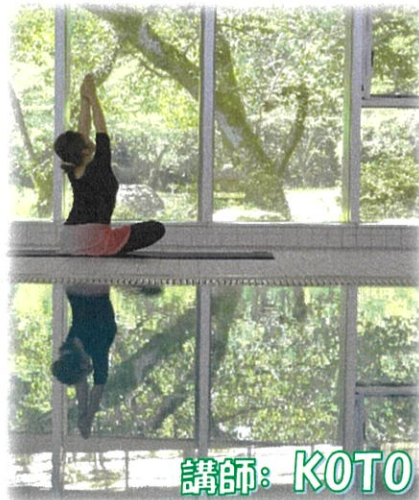
室温32℃のほんのり暖かい状態で、内側からカラダをあたため
水の音を感じながらココロを落ち着かせることで、ストレス解消につながります。
開放的なプールサイドで自然を感じながら初めての方でも安心なヨガを行います。

【朝 yoga】

開催日: 9月15日・29日

時間: 9:00~9:45

深い呼吸で緊張をやわらげ
内側の美しさを引き出すヨガ
ゆっくりすすめていきます



講師: KOTO

【夜 yoga】

開催日: 9月28日

時間: 19:50~20:35

お休み前の疲れをほぐしましょう
深い呼吸でココロを落ち着かせ
ゆっくりすすめていきます

対象: 中学生以上 定員: 15名 料金: 880円

持ち物: 動きやすい格好・バスタオル・フェイスタオル・飲み物

9月1日(日)~申込開始!!

↓お申し込みはこちら↓

※専用サイトよりお申し込みください



電話番号: 0594-78-4335

営業時間: 火曜~日曜 10:00~20:00

定休日月曜

◆注意事項◆

- ・お支払いは、前日までにお願いします。
- ・キャンセル料 各開催日1週間前 なし
6日~2日前 50% 前日~当日 100%
- ・ネットでのお申し込みが難しい方は
受付にて対応いたします。ご相談ください。

いなべ市温水プール

指定管理者: TAC テルウェル共同事業体

