

スタジオレッスン変更について

平素より、ジェクサー・フィットネス&スパ新川崎をご利用いただきまして誠にありがとうございます。

10月より実施のスタジオレッスンの変更がございますのでご案内申し上げます。

変更レッスン

【木曜日 11:35～12:20】

ユニバーサル ヨガ マーズ

VolcanoYoga コリオ → **UNIVERSAL YOGA MARS**

担当者：SHI-YA

【内容解説】



高温多湿のスタジオ内で行うヨガプログラム。禅の考え方
ヨガの身体調整法、脳波に働きかける自然音を融合した
ホットヨガプログラム。

爽快な発汗とエクササイズ効果で身体の調整力を高め
心身の調和へと導きます。初心者の方もお気軽にご参加ください。

変更点をご確認いただき、ご予約ください。

何卒ご理解の程、よろしくお願いいたします。