

屋上ヨガイベント

～マイトリーヨガ(慈しむヨガ)～

9/23(火祝) 15:45～16:30

【定員】45 名 【参加費】無料 【場所】JX 川崎 5F フットサルコート



担当大石修子 IR

陰と陽のエネルギーが調和すると言われる秋分の日、ヨガを通じて心と体そして自然の移ろいを慈しみ、心身の調和を促してゆきます。

前半は太陽礼拝をダイナミックに深め、後半は心と体を解きほぐしていくようにひとつひとつのアサナをゆったりと深めていきます。

夏の疲れを癒し、リフレッシュしたい方におすすめです。

陽・風を感じ、外で開放的にヨガを行いましょう！

※雨天の場合はスタジオ B(HOT 環境)で同内容クラスを行います。

屋外実施の際は好きな場所でご受講いただけます。(予約必須)

【受付期間】2025 年 8/26(火)16:40～クラス開始時刻まで

【受付方法】通常レッスン同様(B スタジオ欄から予約いただけます)

【雨天の場合】実施場所は前日 9 月 22 日(月)19:00 に HP 最新情報にてご案内致します。雨天の場合は B スタジオで実施となります。スタジオ実施となる場合は、予約場所でご受講ください。※急な悪天候により、当日の会場変更の可能性もございます。

【その他】レッスン開始 10 分前に 5F 屋上フットサルコートにお集まりください。

ヨガマットは準備ございます。

お飲み物とタオルを忘れずにお持ちください。

レッスン開始時間を過ぎてからの途中参加は不可となります。

法人会員様、他店会員様のご参加は別途施設利用料のお支払いが必要です。