

プール  
サイドで

～美肌 & テトックス～

# ナイトホットヨガ



日程 9月4日(土)  
18:20～19:10(50分)

 講師 中村こず恵先生

対象:中学生以上

定員:30名(男性もOK)

参加費:会員200円/非会員500円

持ち物:ヨガマット(濡れても良いもの)

バスタオル(マットに敷く用)

飲み物(プール内色のついたドリンクの持ち込み禁止です  
例)コーヒー×・お茶× 水○・スポーツドリンク○)

マスク着用(フェイスガード・マウスガードOK)

服装:ヨガウェアなど(動きやすいもの・濡れてもいい服)

《レッスン参加者に限りレッスン後プール利用可》

※ヨガ終了後プールを利用される場合は水着・水泳帽を着用

お申し込みはフロントまたはお電話にてご予約ください  
野間スイミングスクール・ホットヨガスタジオ大泉校 0276-62-4516

通常のホットヨガスタジオ内のレッスン(18:15～19:00)はありません