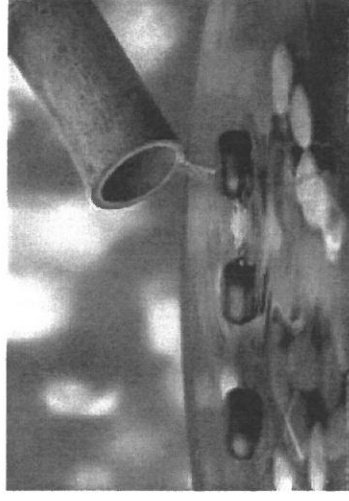


# 『調気ヨガ』

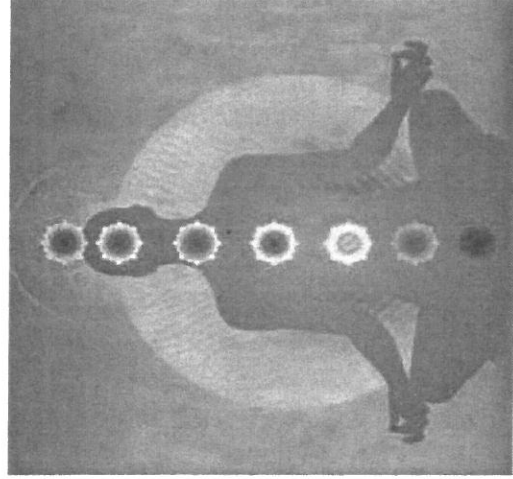
5000年の歴史をもつ健康法、ヨガ。

アンチエイジング、ダイエットとしても注目を集めておりますが、その効果は多岐にわたり、医学、脳科学の分野でも立証されています。



その源流は、身体の滞りを解放し、生命力の流れを整えるもの。

心身が調律されていく気持ちよさに身を委ね、上質な時間を味わいましょう。  
初心者の方もご安心ください。  
ヨガで気の流れが活性化された後は、温泉成分もより浸透しやすく、お風呂上りは更にスッキリ元気に。



ヨガ×温泉の力で、極上の癒しの1日を、、、

2月3日(土) 10:15~11:05

3月3日(土) 10:15~11:05

場所 2階休憩室

持ち物 タオル/水分補給用ドリンク

調気ヨガレッスン料金「500円」

(当日温泉利用のある方)

調気ヨガレッスンのみ「1000円」

※ご予約方法

湯守の里フロントにて直接ご予約されるか電話でのご予約も承っております。

深大寺天然温泉 湯守の里 TEL:042-499-7777

