

特別企画 男性必見 予約制

無料

12月26日

ヨガイベント開催

16:30~17:30

担当: TOMOYA

当店

初
男性も参加OK

そもそもヨガとは？

普段使わない筋肉を伸ばし、体の歪みを矯正し、柔軟性や体力を向上させます。またゆったりとした呼吸や瞑想を組み合わせることで集中力が上がり、心身共にリラックス効果を得られます。

男性にもオススメ

定員15名

貸出マット数量限定

詳しくは当店キャスト(特に松本)まで!