

2月～3月 土曜日限定企画

入門向けのお気軽 ver
年齢にかかわらず皆様が出来る
プログラムとなっております



湯の街 瀬波温泉

SPA ヨガ体験

～温泉パワーをよい身体に取り込む～

ヨガは腹式呼吸をしながらゆっくりと身体をほぐすことで血液の循環をよくし、体を整え・肩凝りの解消などに効果があります。

そして、皆さまがお越しの瀬波温泉の温泉は93度のとてつもないパワーを秘めた源泉。

やはり身体をほぐし、健康増進に効果があります。

瀬波温泉とスポーツクラブ希楽々のコラボ企画・「温泉とヨガ」

…えー？ヨガって複雑ポーズとかいきなり出来るの？？

ご安心ください。初心者でも出来るメニュー構成



しかもすぐ身体の変化を体験できます！

ところ : 瀬波温泉の旅館・ホテル ※毎週開催宿が変わります。

とき : 毎週土曜日 16:30～17:10 受付終了時間 当日16:00

参加料 : お一人様500円 (参加費、保険料、開催会場のお風呂も楽しめます)

持ち物 : 飲み物 タオル 動きやすい服装※

(※作務衣の貸出一着 260円別途でご用意がございます。)

参加条件 : 瀬波温泉の旅館・ホテルに当日ご宿泊の方を対象に先着15名様

お申込み＆ご予約はお泊りの各宿のフロントまでお願い致します。

(代表者様名と人数をお知らせください)

※体験時に撮影した写真をホームページ・Facebook 等で使用させて頂く場合があります。

あらかじめご承知ください。

主催 瀬波温泉旅館協同組合