



湯の街 瀬波温泉
旅先のオプショナル

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

ココロとカラダ ～SPAでメンテ～

～温泉パワーをより身体に取り込む～

瀬波温泉とスポーツクラブ希楽々のコラボ企画による「ココロとカラダのメンテナンス」

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。

皆さまがお泊り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温泉。

やはり身体をほぐし、健康増進に効果があります。

色々な種目で皆さまをお待ちしています。

第1土曜日：ストレッチポール

第2土曜日：笑いヨガ

第3土曜日：ヨガ

第4土曜日：真向法

5月5日・11月3日

12月29日はお休み



毎週日替わりで体験種目と開催宿が変わります。

(都合により種目が変わる場合があります、フロントにお問い合わせください)

しかも すぐ身体の変化を体感出来ます！！

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 16:30～17:30 受付終了時間 当日16:00

参加料：お一人様500円 (参加費、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300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(希楽々会員含)を対象に先着15名様

お問い合わせ&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

共催：スポーツクラブ希楽々