

美尻ヨガ

参加無料

2月18日(日)10:30~11:30

【参加方法】

- Vitalityプラザ銀座Flagship店で参加
先着10名様！(来店参加者特典付き)
- お好きな場所でオンライン参加
(Zoom)



お尻の筋肉を意識的に縮める・伸ばすなどしてキュッと引き締まった健康的なヒップを作るコース。このレッスンで鍛えるのは姿勢や動作の美しさを左右する重要な筋肉であるため、いつまでもキレイな体型を維持したい方、しなやかで丈夫なカラダでいたい方におすすめです。



担当インストラクター
LAVA浅草店 山之内 夏帆
(やまのうち なつほ)

LAVAでインストラクターを始めたことがきっかけでヨガと出会いました。からだが変わると、心も変わり、ヨガをする事で毎日心穏やかに、そして丁寧に過ごせています。少しの時間、呼吸やからだに意識を向けるだけでも沢山の発見があるはず！ぜひご自身の新しい面を探しに来てください！

👉 予約方法

- ①右記のQRコードから予約ページにアクセス
- ②「予約・スケジュール」を押す
- ③予約日時を選択し「次へ」
- ④必須項目を入力し「内容確認へ進む」
※下記担当者コードに記載がある場合は担当者コード欄にご入力ください
- ⑤利用規約に同意し「予約する」

担当者コード (6桁)

--	--	--	--	--	--

【店舗で参加】



店舗で参加の方
当日はヨガマットをご持参ください！

【オンライン参加】



オンライン参加の方
当日は予約完了メール内に記載の視聴用URLからご参加ください！

ご記入いただきました内容は、関連会社・提携会社を含む各種商品・サービスのご案内・充実(※)、当社業務に関する情報提供・運営管理などに利用させていただきます。個人情報の取扱いの詳細および最新情報は、当社ホームページをご覧ください。

(<https://www.sumitomolife.co.jp/privacy/>) (※) お客さまの取引履歴やウェブサイトの閲覧履歴、グループ会社等から取得した情報等を分析して、お客さまのニーズにあった各種商品・サービスに関する広告等の配信等を行うことを含みます。各種商品・サービスの詳細は当社ホームページをご覧ください。(<https://www.sumitomolife.co.jp>)



住友生命保険相互会社 住友生命「Vitality」プラザ銀座Flagship店

住所：〒104-0061 東京都中央区銀座5-8-1GINZAPLACE3階

TEL：03-6263-8620

営業時間：月～日 10:00～19:00

アクセス：東京メトロ銀座線・丸の内線・日比谷線「銀座駅」A4出口直結



イベントやお得な情報をお届けしています！