

Morning Yoga

－朝ヨガ 75分－

朝活で身体と心を整えましょう。
1日を元気に過ごすために活力チャージ！

2025

8 / 11

(MON)

山の日



kanae IR

日時

2025年8月11日(月) 山の日
AM8:30～9:45

場所

CALDO錦糸町店スタジオ
※当日はゆるホットとなります。

参加費

CALDO会員様 1,100円
※デイトタイム会員様は時間外利用料1,980円+1,100円
他店舗会員様 3,080円 (参加費+相互利用料1,980円)
非会員様 5,280円 (参加費+ウェルチケ4,180円)

内容

心身を統一し調和させることで内面からの安定や平穏を得られ
さらに身体の柔軟性や筋力を向上させ、
ストレス軽減、リラックス効果が期待できます。

強度

★1.5～★2

定員

40名

※お支払いは当日支払いとなります。
※前日までのご予約となります。

ご予約はフロント、またはお電話にて承ります！

CALDO錦糸町 ☎ 03-6659-6436