

108回太陽礼拝

～感謝を込めて～

「太陽礼拝」とは感謝とともに太陽に祈る動作です。
連続した12のポーズをとることで、「一日の始まりに、太陽に挨拶し、その恵みに感謝する」
また、12のポーズを行うのは、太陽が1年かけて黄道十二宮を1週することに由来します。
太陽礼拝は、ヨガの基本となるポーズばかりです。
初めての方もご安心してご参加下さいませ！

12月16日 (火) 18:30～20:30

担当インストラクター

【参加費】

会員様 ¥1,100 (税込)
非会員様 ウェルチケ

【予約フォーム】



【ウェルチケ購入】



【参加特典】

修了証



Naomi

アシスタントインストラクター
Chiyo & あき

○定員は35名です。

○17:30開店 21:30閉館とさせていただきます。

○キャンセルは前日まで店頭までご連絡ください。

○お支払いは当日にお願いいたします。お支払い順に整理券をお渡しいたします。

※HOTスタジオのヒーター・床暖房は切り、常温に近い環境で行います。

※休館日での実施のため、タオルのご利用は出来かねます。プラチナ会員様はタオルのご利用も可能です。

※20:30終了予定としておりますが、内容により前後する場合がございます。

※デイトム・マンスリー4会員様も参加費のみでご参加いただけます。