

CALDOつつじヶ丘 1周年記念イベントプログラム

11/3(月・祝)18:00~19:15 ※75分

軽減法を学ぶヨガ ~もっと楽しくなる!★★チャレンジ~ ★★

※ゆるHOT(36~38℃)で開催いたします。



担当 ゆり & 胡桃 IR

「★★にチャレンジしたいけど私にできるかな？」
という会員様からのお声を受けて、
フロントにて大活躍中の
インストラクターがお送りする
ステップアップの為のクラスです。

普段のクラスよりも
「軽減法」を深く学び、
より自由に、今後のクラスの選択が
楽しくなるようサポートします✨

【こんな方におすすめ!】

- ・★★(中級)以上のクラスに興味があるけれど「私にできるかな?」と不安な方
- ・ポーズの”形”だけでなく”効果”を実感したい方
- ・レッスン中に「私のポーズこれで合ってる?」と感じる方
- ・自分の体に合ったヨガを見つけたい方
- ・既に★★(中級)以上のクラスを受けているけれど、
ご自身でポーズの効果を引き出すポイントを知りたい方

【レッスン参加費】※全て税込価格

Group3以上のカルド会員様限定：1,100円

定員
15名

※つつじヶ丘店会員様はGroup3です。

※デイトム会員様：時間外利用料500円+参加費(オプション利用不可)

・非会員様：ウェルチケ1枚+参加費

・Group4のカルド会員様は550円+参加費

※本イベント後の溶岩タイムは19:15~19:30(15分間)です。

※定員制イベントの為、店頭にて先着順のご予約受付中!空き枠がある場合のみ、当日参加可能です。