

ばいおんよく 倍音浴 ヨガ

牧 拓生インストラクター×Harukaインストラクターコラボイベント

水晶で作られた楽器、クリスタルボウルの音の揺らぎに包まれながら、リラックスヨガ。ご自身と向き合いながら、身体の細胞を隅々まで整えられる貴重な時間です。

倍音豊かなクリスタルボウルは、約70%が水分である身体に心地よく響きます。

深いリラックスをしたい、心身を整えたい
ストレスを緩和したい、自律神経のバランスを整えたい
このような方は是非お越し下さい。

今回は少人数で、クリスタルボウルとコシチャイムの倍音浴をたっぷり、心と身体に浴びて頂きます。

※体感は個人差があります。

2021年 3月5日 (金)

4F多目的スタジオ 12:00~13:10 (70分)

会員様 (フィット・オーラ) ¥1,500 税込

非会員様 ¥2,500 税込

先着15名

お申し込みはフロントにて
お受けいたします。

~持ち物~

- ・動きやすい服装、
 - ・お飲み物とタオル、
 - ・シャバアサナの時に羽織るもの・バスタオル
- をご用意下さい。

