



グループレッスン参加無料券 プレゼント!

会員の皆様へ。

日頃の感謝を込めて、6月よりレッスン無料券をプレゼントさせていただきます。

通常料金→1レッスン追加 1,620円のところ→ **無料!**



会員継続年数が長いほどお得!

1~5年の方	→	無料券 1枚
6~10年	→	無料券 2枚
11年以上	→	無料券 3枚

※年会費引き落とし月に、無料券を各自お渡しいたします。



Sunday レッスン 第2・4日曜 9:30~10:30

6/10「リフレッシュヨガ」担当：中頭

6/24「リフレッシュヨガ」担当：山本

6月スタジオ使用
アロマオイル

ペパーミント

梅雨のだるさや疲れを吹きとばす
フレッシュでさわやかな香り。

効果：鎮静、抗菌、防腐、
胃腸の機能調整

代行レッスン

6/2(土) 9:30 くつろぎヨガ 藤原⇒中頭

6/2(土) 10:45 IY&ピラティス 藤原⇒田所

6/9(土) 10:45 ヨガ 荒木⇒中頭

6/15(金) 10:00 ピラティス 藤原⇒荒木

ヨガポーズ 立ち木&コブラ

◎立ち木：姿勢の矯正。バランス感覚を高める。

◎コブラ：腎臓の活性化。便秘解消。下半身の引き締め。



6月会費(変更手続き15日まで) 年会費追加の方お知らせ用紙あり。百五銀行引落とし6/29(金)、他銀行引落とし7/5(木)です。

Morning

YOGA

In

夫婦岩



夫婦岩 × 夏至 × YOGA
= みそぎ
究極のリフレッシュ(禊)!

開催日

2018年6月21日

AM6時~7時

集合場所 三重県伊勢市二見町江580
禊浜 / 伊勢シーパラダイス

料金 1200円 (中学生以上)

※駐車場は伊勢シーパラダイスの有料駐車場をご利用下さい。



申し込み方法

〔講師〕 藤原 由佳里
ヨガスタジオ プラーナ代表

WEB専用フォームURL

goo.gl/1Ag5ye

電話予約 0596-43-4111



夫婦岩の前に打ち寄せる
二見浦は古来より心身を清め穢れを
払う禊の浜。
また夏至は一年でもっとも昼間の
時間が長く太陽のエネルギーが
あふれる日。
遠く富士の頂から夫婦岩の中央を
耀き昇る太陽を背に行うヨガは
心身の疲れや穢れを祓う
究極のリフレッシュ(禊)となるでしょう。

究極のリフレッシュ(禊)！

みそぎ



企画・実施 株式会社 伊勢夫婦岩パラダイス



伊勢夫婦岩ふれあい水族館
ISE Meotowa INTERACTIVE Aquarium
ISE Sea Paradise



伊勢夫婦岩めおと横丁
ISE Meotowa Meoto Yokocho
Meoto Yokocho