

サウナを上手く活用して、体温調整の改善をすることにより、「自律神経系の改善」「睡眠力の向上」「免疫力の向上」「ストレス緩和」に繋がります。熱波と休憩を上手く利用し、質の高いサウニングを体験してください。

リニューアル記念イベント

熱 本 格 波

【日時】

- 4/18(木)21:40～21:50
- 5/9(木)21:40～21:50

【場所】

男性スパ内 ドライサウナ

【対象者】

男性会員

☆追加☆

5/2(木)実施します！



宅見 啓司

- 日本サウナ熱波アウフグース協会 熱波師検定B
- 日本サウナスパ協会サウナスパ健康アドバイザー