

# SUP YOGA

## ～サップヨガ～

他クラブでは即日満員の大人気レッスン「SUPヨガ」。

2025年の夏、東十条に上陸！

「SUPヨガ」とは、大きめのボードに乗り、水の音を感じながら行なう新感覚ヨガ。不安定な水上でバランスをとり、普段は意識しない細かな筋肉までもしっかり使うことができ、インナーマッスルが鍛えられ、しなやかで美しいボディラインを作り出し

≡ 日程 ≡ **8/3 (日曜日)**

① **15:00～15:50 (50分)**

② **16:00～16:50 (50分)**

**お友達やご家族と  
一緒に参加しよう！**

≡ 参加費 ≡ **1レッスン 3,300円(税込)**

≡ 定員 ≡ **各8名 (最少催行5名)**

≡ 講師 ≡ **Rinako**

お申込みはこちらより



日本サップヨガ協会 認定インストラクター 当  
社CSLiveヨガインストラクター

- 全国メンバーの方はイベント料金でご参加頂けます。
- 他クラブ会員の方はイベント30分前～イベント後45分まで施設をご利用頂けます。  
イベント以外の時間帯も施設をご利用の場合は、別途施設利用料1,100円頂きます。
- 一般の方は、イベント参加費の他に別途施設利用料1,100円頂きます。  
※キャンセル受付は前日の17:00までとさせていただきます。それ以降のキャンセルに  
関しては返金致しかねますので、予めご了承ください。