

筋膜ケア × YOGA

ゆるめて流して整える。

筋膜のこわばりをほぐし、全身の巡りをスムーズに。
ホット環境で行うヨガと組み合わせた筋膜ケアで、
終わった後はスツと軽いカラダへ。

筋膜ケア
でカラダ調律。

SPECIAL PROGRAM
10月~12月
SPECIAL PROGRAM

ほぐして整える筋膜ケア
and Yoga

ホットヨガスタジオ
PURUMO

ホットヨガ
スタジオ 美温
Bion

ホットヨガスタジオ
BODY UP