



デトックスヨガ

身体の内部から温めることで新陳代謝の向上や、
腹式呼吸による血行促進
むくみや冷えの解消、全身の疲労回復などがあります。
寒い時期だからこそ！
暖かいプールサイドでのヨガを行いませんか？

2026

1.12 MON **13:00-13:50**

場 所 アクアマリンプラザ プールサイド

定 員 20名 ※最低遂行人数7名

担 当 加藤IR

料 金 一般：1,500円（プール使用料含む）
アクアマリンプラザ会員：1,000円

さらに！一般からの参加の人は
会員からの紹介と一緒に参加すると
両者500円割引！！

アクアマリンプラザ



お申込みは
こちら