

# 生徒募集

in 三軒茶屋

ラボスタジオ 隠れ家サロン

もし、あなたが体型維持を姿勢改善しながら楽しく効果的にできるとしたら、あなたの生活にどんな変化が表れると思いますか？

## ヨガ棒エクササイズ&ストレッチ

♪月曜日のみ託児付き♪

●月曜/日曜レッスン80分 月10:40~12:00 日12:50~14:20 \*HPスケジュール要チェック!

●定員5名様まで \*女性優先 (パートナー、友人、ご家族に限り男性もO.K)

●体験初回のみ 1,800円 →当日入会で体験料キャッシュバック

●入会金 3,000円 \*キャンペーンお知らせetc ホームページNEWS要チェック!

ビジター1回 3,000円 (入会金なし)

チケット4回 11,200円 (2,800円/回) 8回 20,800円 (2,600円/回) 有効期限6ヶ月

親子レッスン受講中の方: 1回 2,800円、4回 10,400円(2,600円/回)、8回 18,400円(2,300円)

月曜10:00~10:30 ゆるゆるストレッチ: 1回500円、ヨガ棒クラス参加者は1回300円

●お友達と一緒にのご入会サンキュー割引有り

●保育料金 0歳4ヶ月(首が据わってから)~1歳 ¥800.- 1歳~3歳 ¥500.-

※先着3名様まで ※予約&キャンセルともにレッスン託児希望日の3営業日前16時まで受付  
※ママレッスン中、同スタジオ隣室にてお子さまをシッターが保育致します



### 【服装・持ち物】

- ◆ズボン等の動きやすい服装でお越し下さいませ 更衣スペースでの着替えも可能
- ◆体温調節のための羽織る物、靴下、レッグウォーマー、バスタオルなど
- ◆水分補給のための飲料水
- ◆託児希望の方は赤ちゃんの替えのオムツ、赤ちゃんお出掛けセットなど
- ◆ヨガマットは無料貸出し致しますが、愛用のマットがございましたらご持参されてもO.Kです

### 【レッスン場所】

◆東京都世田谷区三軒茶屋1-21-12第1小川ビル302 ラボスタジオ 東急田園都市線/世田谷線 三軒茶屋駅徒歩約6分

◆予約受付 ホームページお問合せページor下記連絡先より 教室利用規約など詳細も一緒にご一読願います

◆講師 中山 知子 Hug&Smiley代表 ピラティス&ヨガインストラクター

