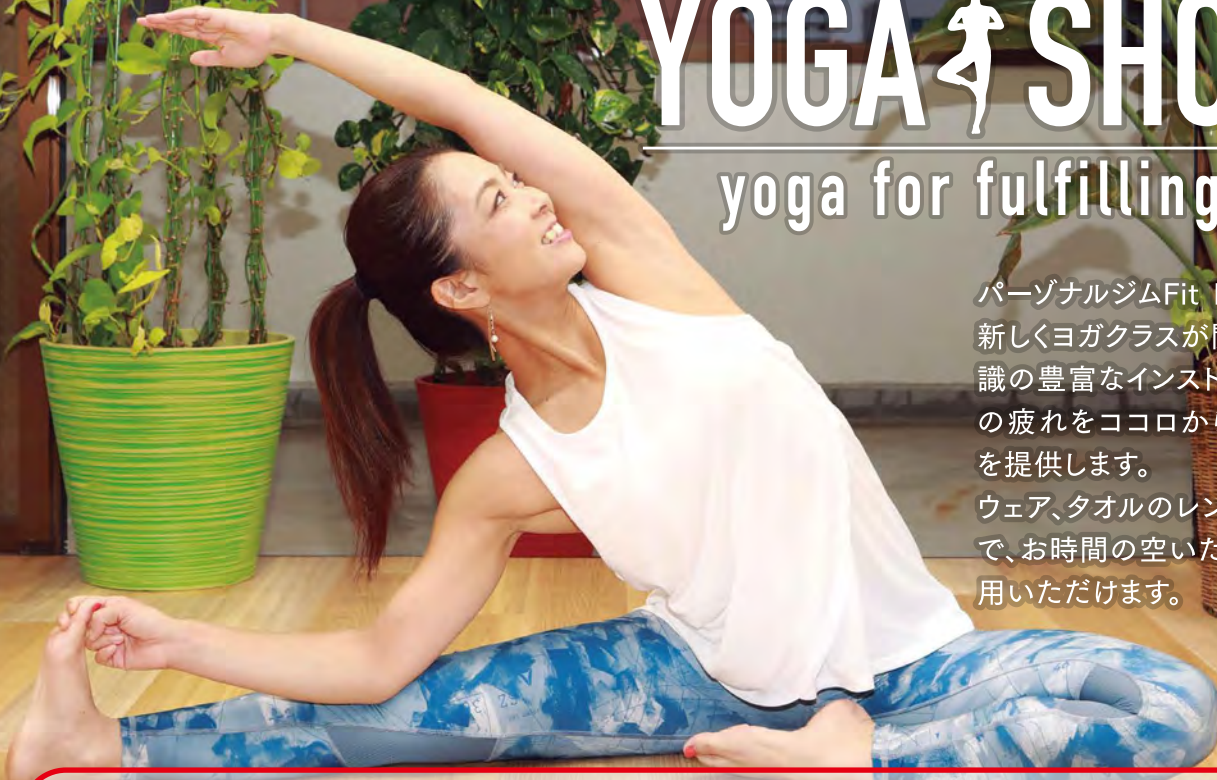


YOGA & SHCOOL

yoga for fulfilling days



パーソナルジムFit Lab YOUTHにて、新しくヨガクラスが開講します。専門知識の豊富なインストラクターの下、日々の疲れをココロから癒す至福の時間を提供します。

ウェア、タオルのレンタルも可能ですので、お時間の空いた時に手ぶらでご利用いただけます。

9月・10月中の入会で、入会金半額 ¥10,000 → ¥5,000!!

毎月レギュラー参加の通常会員から、単発参加型までお客様に合わせた様々な形でご利用いただけます。

通常会員

開催日 毎週 金曜

定員 各クラス 10名

入会金 ¥10,000 (税別)

月謝 ¥8,000 (税別)

時間 11:30~ (60分) ※ 30分前オープン

※ 3ヶ月以上の継続必須。

ロッカールーム、シャワー室完備。各用品レンタル可 タオル:¥200 マット:¥300 ウェア上下:¥500
※ 各料金税別。

チケット会員

参加枠確保のため、必ず事前に予約が必要です。各チケットは有効期限がございます。

入会金 **¥10,000**

4回チケット (税別)

¥12,000 有効期限:60日 (¥3,000/1回)

8回チケット (税別)

¥20,000 有効期限:120日 (¥2,500/1回)

まずはお試し!
ヨガクラス体験

初回 ¥2,000 ※ (税込)

※ ヨガクラス体験をご希望の場合は事前にお問い合わせください。 ※ 体験はお一人様1回のみ。



〒984-0051 仙台市若林区新寺2丁目
2-11新寺211ビル5階 (1階 新寺郵便局 様)
Tel 022-354-1776 Fax 022-354-1786

- JR仙台駅東口改札から徒歩10分
- 地下鉄宮城野通駅改札から徒歩4分

お問い合わせ・お申し込みは、下記までご連絡ください。

Tel.022-354-1776

<https://fitlab-youth.com> contact@fitlab-youth.com

講師紹介



ヨガ
インストラクター

YUMI

普段から外交的で大勢でいる事が多かった私は自分自身と向き合う時間をとった事があまりありませんでした。むしろ向き合い方を知りませんでした。

ダンスで痛めた腰のメンテナンスとして始めたヨガは、続けていくうちにカラダや心へ大きな影響を与えてくれました。

ヨガの感じ方は人それぞれ違って当然です。

人と比べる事も無理する事もないヨガはいつの間にか生活の一部になっていました。今、起きているすべての出来事は自分にとって必要な事だという考え方に変わったのもヨガのおかげです。ヨガを通じて、私が体感した素晴らしさを伝えていきたいです。

【license】

2010年6月 NPO法人 日本予防医学医療協会 ヨガインストラクターコース終了
2010年6月 YMCメディカルトレーナーズスクール ヨガインストラクター養成終了
2015年1月 First Shipリストラティブヨガ指導者資格
2015年8月 シータヒーリング BASIC DNA取得