

C o C o a Y O G A スタジオ リニューアルOPEN

癒されて
綺麗になる



輝く女性たちを応援する女性専用の楽園 COCOYOGAスタジオでは
お客様一人一人の悩みに合わせ、代謝促進・ダイエット・美肌効果
免疫力向上・ストレス軽減などの効果が期待できる
ヨガを体感できます。



YOGAスタジオ



更衣室



メイク室

リニューアルオープン特別価格

期間限定

2022年10月1日 ~ 12月30日まで

■初回～3回まで 1000円（税込）

*全てのメニュー

悩みに合わせて
選べるメニュー



疲れ・リラックス

したい方には・・・

やさしいヨガ

(60分)

肩こり・腰痛

が気になる方・・・



日常生活で起こる筋肉の緊張
や肩こり・まき肩・反り腰
などを改善していきます。
呼吸が深くなり、骨格を正しい
位置へと整えます。

ストレッチポール&ヨガ

(60分)

ご予約は簡単！

Cocoa Yoga ご予約の締め切りは

「レッスン開始2時間前まで」となりますので

お間違えの無いようにお願いいたします



LINEからご予約の方



ホームページからご予約の方

ヨガの深い呼吸は自律神経を整え、免疫力を高めてくれます

そして美肌効果も有ると言われています

呼吸に合わせてポーズをとることで、姿勢を整え、代謝を上げ

ボディーラインにも意識を向けていきます。

ヨガの呼吸で病気に負けない身体をつくり

アンチエイジングを目指し綺麗になろう！

このクラスはゆっくりとした呼吸に合わせて動くので

初めての方でもご参加できます。



y o g a インストラクター

山本かよ