

3/21(火)～3/26(日) 6th アニバーサリー レッスンウィーク

美温西船橋店はおかげさまで今年で6周年目を迎えました！そこで、上記期間中は感謝の気持ちを込めてSPレッスン&イベントを開催いたします。普段なかなか受けることのできないレッスンや、チケットプレゼントのイベントを開催しますのでぜひご参加ください！お待ちしております。



火

3/21 8:15～9:00

富士の溶岩 de ごろん

寝転んでいるだけで大量の汗をかくことができます。気楽に温まりましょう！

1,000円(税込)/定員10名

※お水(500ml)&レンタルタオル付

※祝日の為、平日昼会員

プランでのご予約不可。

※7:55開館/8:15受付開始

※マスク着用任意

火

3/21 12:00～13:00

アロマでリンパスッキリ YOGA
MARIKO/ 強度:★★

巡りをサポートするアロマオイルの香りを楽しみながら、全身を丁寧に動かし、リンパの流れを促進&全身をスッキリさせていきます。(当日は天然の食物から作られたアロマオイルを使用します。)アレルギーをお持ちの方はご注意ください。

※祝日の為平日昼会員プランでのご予約不可。

水

3/22 16:00～17:00

アロマリラックス YOGA
TAMA/ 強度:★

リラックス効果の高いラベンダーを焚いた香りの中で呼吸を意識しながらゆっくり全身をほぐしてゆるく伸ばしていきます。極上の癒し空間をお楽しみください。

※マスク着用任意

水

3/22 20:45～21:45

Beautiful Body
HIROKO/ 強度:★★

ストレッチを長めに行い筋肉を伸ばしてリンパの流れを活性化させます。むくみや冷えなどを改善し、美しいカラダづくりを行います。

※美温ロッカールームのご利用は22:00迄。シャワー・お風呂ご利用の方は2Fスポーツクラブ・女性ロッカーをご利用ください。(23:00迄)

金

3/24 20:00～21:00

美姿勢ピラティス &
リラックス YOGA
AYA/ 強度:★★

前半はピラティスのエクササイズで身体を整え、後半はリラックス効果の高いヨガのポーズで心を整えていきます。休日前にカラダとココロのメリハリを！

土

3/25 13:00～14:00

12星座 YOGA &
ホロスコープメッセージ
MASAYO/ 強度:★/ 定員10名

各星座ごとに支配するカラダのパーツを刺激するヨガレッスン。個人の2023年のホロスコープも診断して、後日個々にメール発信してプレゼント！運気を上げていきましょう！

1チケット+1,500円(税込)

※ご予約いただいたお客様には事前にホロスコープ診断に必要なご確認メールをお送りいたします。

土

3/25 15:00～16:00

インナーマッスルを心地よく感じるピラティス
KANNA/ 強度:★

アロマの香りに包まれて、リラックスしながらインナーマッスルを感じて動いていきます。普段のカラダのこわばりをなくしていきましょう。

※マスク着用任意

日

3/26 14:00～15:00

Muscle Training
HIROKO/ 強度:★★

アップテンポの曲に合わせてリズムよくカラダを動かし、筋力トレーニングしていきます。後半は青竹を使用し、足裏のツボ押しを行います。



美温 西船橋店 6th アニバーサリーイベント



3月はSPレッスン以外にイベントを開催いたします。ぜひ奮ってご参加ください！

3/1(水)-3/31(金)

【6th アニバーサリースタンプラリー】

上記期間までにレッスンに参加して
スタンプを5個集めて「ワнтаイムチケット」
1枚プレゼント！
※お1人様1回限り
※「富士の溶岩deごろん」は除く



3/1(水)-3/31(金)

【6th THANKS CARD コーナー】 (お客様の声)

美温に通ってよかったことや変化があったことなど皆様の声をカードにご記入いただき、フロント迄ご提出ください。ご参加いただいた方にはもれなく「ワнтаイムチケット」1枚プレゼント！
※お名前はニックネームやイニシャルでもOK！です。



3/21(火)-4/9(日)

【インスタ投稿 de チケット GET !】

上記期間中、Instagramに「美温西船橋」を投稿して、投稿画面をフロントにご提示いただきますと、ワнтаイムチケットをプレゼントいたします。
※お1人様1回限り

【投稿の際のルール】

- ①まずは“スポーツクラブ NAS 西船橋”のフォローをお願いいたします→→→
- ②写真撮影場所→スタジオ・美温ロッカー内 掲示板・看板・フロント掲示板
- ③★アップの際に、「美温のレッスンを受けてよかったこと」を一言。
★#ホットヨガスタジオ美温西船橋 #6th
上記を入力してください。

※撮影の際、他のお客様の迷惑にならぬようご協力願います。
風景のみの撮影も可。
※インストラクターとの撮影は場合によってはお断りさせていただきます。
※撮影 NG エリアはロッカールーム・シャワールーム

