

ユーザーの皆様にお聞きしました！
おすすめポイント！

「始めたいちばんの理由は
美容と健康のため。
心身ともにリラックスでき、さわやかな
汗を流す時間はとても贅沢なひとときです。
これからも続けていきたいです。」

「美温の先生は美容や健康に
ついての知識が豊富な方が多く、
レッスンのたびにいろいろな
お話ができるのも楽しみのひとつです。
先生の愛が伝わってきて
モチベーションが上がります！」

「運動は苦手ですが、
四十肩の再発防止のために
始めました。
続けているうちに代謝も良くなり
全身がすっきりしました。
自分に合った強度のレッスンを
選べるのも魅力です。」

「自宅や勤務先から通い
やすいのが始めたきっかけ。
膝や腰を痛めていたので、
激しいトレーニングが難しかった私でも、
無理なく汗をかけて
脂肪燃焼でき、
楽しく続けられています！」

「私は冷え性で、ヨガ大好き！
これは一石二鳥！と思い、通い始めました。
他のホットヨガは息苦しさがありました、
美温は苦しさがまったくなく大好きです！
駅前で通いやすい点もとても助かっています。」

「デトックス効果を期待して
通い始めました。始めてみると、
レッスン翌日はお肌や髪の毛まで
しっとりまとまり、マイナスイオンの
効果がしっかり感じられ、驚きました！
フルタイムで仕事をしているので、
レッスン1時間前までキャンセルが
できるのも‘続けやすさ’に
繋がっています。」

「健康のためにと通い始めましたが、
やってみたらとにかく楽しい！
リラックスできるのに
大量の汗で達成感も味わえるのが魅力。
体も引き締まってきたので
ずっと続けていきたいです。」

「普通のホットヨガとは違い、
スタジオに富士の溶岩石を
使用しているところが好き。
マットやタオルを持たずに通える身軽さや、
レッスン後にシャワーやお風呂がゆっくり
使えるところも気に入っています。」