

ビーチヨガ&ヨガプログラム

アウトドアフィットネス SENNAN LONG PARK

11 NOV

日	月	火	水	木	金	土
30	全プログラム1回 1,650円(税込) 現金のお取り扱いはありません。 月に3回以上ご利用の場合 月8回まで受講可能な月額会員4,730円(税込)がお得！					1 Mai
イベントに伴い 休業いたします						11:00 - 12:00 ハタヨガ ALL LEVEL
						13:30 - 14:30 Yin Yoga
2	3 Kanae	4	5	6	7	8
8:30-9:30 サンライズビーチヨガ	10:30-11:30 ビーチヨガ		満月 ○	10:30 - 11:30 ステップUPヨガ(後屈)	10:30 - 11:30 ゆったりほぐしヨガ	イベントに伴い 休業いたします
11:00-12:00 リラックスアロマヨガ	13:30 - 14:30 DEEP リラックスヨガ			13:30-14:30 リラックスアロマヨガ	13:30 - 14:30 快眠アロマヨガ ラベンダー	
9	10	11	12	13	14	15 midori
9:00-10:00 モーニングビーチヨガ	10:30 - 11:30 ASAヨガ			10:30 - 11:30 ステップUPヨガ(逆転)	10:30 - 11:30 ゆったりほぐしヨガ	9:15 - 10:15 目覚めのヨーガ
11:00 - 12:00 ハタヨガ ALL LEVEL	13:30 - 14:30 Yin Yoga			13:30-14:30 リラックスアロマヨガ	13:30 - 14:30 快眠アロマヨガ ラベンダー	11:00 - 12:00 美姿勢ピラティス
13:30 - 14:30 Yin Yoga						13:30-14:30 ベーシックピラティス
16	17	18	19	20 新月●	21	22 midori
10:00-11:00 ビーチヨガ	10:30 - 11:30 ASAヨガ			10:00 - 11:00 平日最後のビーチヨガ	10:30 - 11:30 ゆったりほぐしヨガ	10:00 - 11:00 美姿勢ピラティス
13:30-14:30 リラックスアロマヨガ	13:30 - 14:30 Yin Yoga			【特別クラス】 13:30-14:30 リセットヨガ&MUDRA	13:30 - 14:30 快眠アロマヨガ ラベンダー	13:30 - 14:30 ビーチヨガリラックス
23	24	25	26	27	28	29 midori
8:30-9:30 朝ヨガと瞑想	10:00 - 11:00 ビーチヨガ (最終クラス)			10:30 - 11:30 ストレッチヨガ	10:30 - 11:30 ゆったりほぐしヨガ	9:15 - 10:15 目覚めのヨーガ
【ウミガメを待つビーチ】 下記無料・回数制限なし 11:30-ビーチヨガ体験 14:00-ビーチヨガ体験	【特別クラス】 13:30-14:30 リセットヨガ&MUDRA			13:30-14:30 リラックスアロマヨガ	13:30 - 14:30 快眠アロマヨガ ラベンダー	11:00 - 12:00 美姿勢ピラティス
						13:30-14:30 ベーシックピラティス

◆ プログラムのご予約・詳細はWEBへ◆

【受付】開始20分前にアスレチック横の公園管理事務所へお越しください。

【お支払いについて】 **現金はご利用いただけません。**

各種クレジットカード、電子マネー、QR支払いをお願いします。

【キャンセルや中止について】 キャンセルご希望の場合は、お早めにメールにてご連絡をお願いします。

止む終えず、プログラム中止の場合は、予約時にご入力頂いたメールアドレスへご連絡させていただきます。

ご予約・詳細は [コチラ](#) ▶



【お知らせ】ビーチヨガについて

ビーチヨガは、今月をもちまして定期開催は最後となります。
これまでたくさんの方にお越しいただきありがとうございました。
心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。
最後の日まで、ビーチでお待ちしております。

● ウミガメを待つビーチ ビーチヨガ無料イベント ●
1部 11:30-12:30 / 2部 14:00-15:00 ビーチヨガ
無料でご体験頂けます！ご予約の上ご参加ください！

ご予約・詳細は【アウトドアフィットネス泉南ロングパーク】で検索！

お問合せはこちら outdoorfitnesssennanlongpark@beachtown.co.jp