

FUN A ROOM
YOGA × KAATSU

やさしく、深く、ほどけていく

～からだをゆるめて
こころを整える時間～

～休み方を学ぶ～

ヨガプロップス講座

ブロップ・ボルスター・ブランケットを使い、
ストレッチを深める、
体をゆめる、力を抜く、やすめる。
リラックスするためのヨガです。

リストラティブヨガで
ストレス緩和や頭痛・緊張の緩和をサポートし、
心とからだを優しく整えていきます。

ストレッチを深める

ゆるめる力を抜く

リラックス



がんばる毎日から
少し離れて、
自分にいたわる時間を。

ブロップス3点セット(ボルスター・ブロック・ブランケット)の
レンタル・買取は先着6名様限定です。
定員に選し次第、募集を編め切らせていただきます。

開催概要

日 時
土曜 14:00 ～ 15:00 (60分)
全6回・11月開催

参加方法
対面・オンライン参加OK
(アーカイブ付き／寝る前の
録画受講も可)



深い呼吸とともに
からだとここが
ほどけていく

料金

全6回コース
¥24,000
(1回 ¥4,000)

単発体験
¥4,500

ブロップスレンタル
初回 ¥5,000
(中古ヨガワークス3点セット)
デポジット¥3,500＋郵送実費¥1,500)
※返期時デポジット 全額返金
(実質負担 ¥1,500)

買取希望の場合
追加 ¥6,000
で買取

心地よく、やさしく、
自分を整える時間を。

お申込み方法・お問い合わせ
yoyaku@funarooms.com
https://www.funaroom.com

会場：FUN ・A ・ROOM 日向店