

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～

FUN A ROOM
YOGA × KAATSU

ヨガプロップス 講座

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

ストレッチ
を深める

ゆるめる
力を抜く

リラックス

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。

がんばる毎日から
少し離れて、
自分にいたわる時間を。

★ 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)

★ 料金

全6回コース

¥ 24,000

(1回 ¥4,000)

単発体験

¥ 4,500

プロップスレンタル

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)
※返却時デポジット 全額返金
(実質負担 ¥1,500)

買取希望の場合

追加 ¥ 6,000

で買取

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

心地よく、やさしく、
自分を整える時間を。

