

『施設利用レッスン体験！』

遊びながらすべてを体感♪

①利用について、運動、目的、入会においてのご相談アドバイス

②利用体験

- ・レッスン体験（スタジオ・岩盤のレッスンに参加できます）
ホットヨガ、エアロビクス、ベルビックポール、スラックライン、チャペルヨガなど。
*別ページのレッスンスケジュールをご確認ください。
- ・ボルダリング・スラックライン体験
初めてでもスタッフがやり方をレクチャーするので安心です。
- ・筋力トレーニングマシン、有酸素マシンで運動。目的別に応じた内容で使用

③テラス、舞子海岸でウォーキングなど

- ・目の前は明石海峡大橋のオーシャンビュー。外へ出ることも可能です。

④岩盤浴で体内デトックス

- ・寝ているだけで発汗作用、芯からあったまり身体が緩みます。

⑤運動後にシャワールームの利用。シャンプー、ボディソープなど完備。



○1日体験 通常 3,240円 ⇒ **1,080円**

○1週間体験 通常 6,480円 ⇒ **2,160円**

(税込)

お客様のニーズに合わせてスタッフがサポートさせていただきます！



持ち物

- ・運動できる服装、室内用シューズ
- ・タオル（大：岩盤利用の場合）
- ・タオル小、飲み物



*利用日・時間を電話にて予約下さい。

TEL078-704-3355 ホテルセトレスポーツクラブV i v o