

# QOL向上

Quality of life クオリティ・オブ・ライフ

# キャンペーン

**特典1** 体験レッスン**無料** (通常価格1,030円)

**特典2** **SPECIAL PRESENT** 先着**10名様**  
体験レッスン受講後、月末までにご入会で  
**ヨガマットプレゼント**  
(収納バッグ付) ※他サービス併用不可



## [フリータイムシステム採用]で、思う存分レッスンできます!

システムは定額制感覚のフリータイムシステムを採用。だから指定の時間枠なら週何度でもレッスンしていただけるんです。マスター会員なら月間最高なんと64レッスン受講可能です!(サンスタジオ八木)

**SYSTEM**  
システム紹介  
(サンスタジオ八木)

<b>モーニング会員</b>	10:00~12:30の時間帯で開講のクラス、受講し放題。	<b>日最大32レッスン!</b>
<b>ナイト会員</b>	18:30~21:00の時間帯で開講のクラス、受講し放題。	<b>日最大32レッスン!</b>
<b>マスター会員</b>	10:00~21:00の時間帯で開講のクラス、受講し放題。	<b>日最大64レッスン!</b>



**日本人向けの世界水準ヨーガ**  
日本フィットネスヨーガ協会は設立以来20余年にわたり、ヨーガの本場インドや、近年急速にヨーガの人気の高まっているアメリカ合衆国のヨーガ団体と交流を深めています。各国のヨーガを日本人向けにアレンジして、提供しています。

[レッスンプラン・料金] サンスタジオ八木

入会金	3,090円	体験レッスン	1,030円
-----	--------	--------	--------

[月謝]

モーニング会員	利用時間 10:00~12:30	7,200円
ナイト会員	利用時間 18:30~21:00	7,200円
マスター会員	利用時間 10:00~21:00	10,290円

■ヨガマットレンタル 500円/月(体験時は無料) ※価格はすべて税込みです。  
■ヨガマットお預り 200円/月

[持ち物]

- 運動のできる服装 (Tシャツ、スパッツ、ジャージ、普段着等、何でもOKです)
- ヨガマット (体験レッスンにご参加の方は、レンタル無料です)
- その他 (タオル、お水等)

[スタジオスケジュール] サンスタジオ八木 ※火・日・祝休み

時間帯	月	火	水	木	金	土	日
10:00~11:00	●			●	●	H	
11:30~12:30	●	スタジオ休み		BS	M	●	スタジオ休み
18:30~19:30	●	スタジオ休み	●	BS	●		
20:00~21:00	H		●	●	E		

●...スタンダードヨーガ H...ヒーリングヨーガ M...モーニングヨーガ  
E...エナジーヨーガ BS...スタンダードヨーガプラスボディシェイプアップ  
※レッスン時間、内容は予告なく変更になる場合がございます。

## スタンダードヨーガプラス [ボディシェイプアップ] (サンスタジオ八木)

[毎週木曜日] 11:30~12:30 18:30~19:30  
毎月テーマごとに60分のプログラムの中で約15~20分程度でポーズをいくつかご紹介いたします。6ヶ月を1クールにして下半身~顔まで全身ボディシェイプを目指します。  
※レッスン時間、内容は予告なく変更になる場合がございます。

- からだのゆがみ改善&ウエストひきしめ
- 股関節調整&足のむくみ・冷え改善・美脚
- 猫背改善&バストアップ・顔のむくみ解消
- 疲労姿勢改善&小尻・ヒップアップ
- 骨盤調整&下腹部ひきしめ
- 内臓・脳の疲れを取る&全身

無料体験レッスンのお申込はスタジオスケジュールを確認し下記電話番号にてお申し込みください。

**SUN STUDIO YAGI**

HomePage address <http://sun-3.com>  
E-mail address [info@sun-3.com](mailto:info@sun-3.com)

FITNESS **Yoga** 日本フィットネスヨーガ協会認定スタジオ 女性限定・完全予約制

## サンスタジオ八木

奈良県橿原市内膳町1-5-6Macビル3階2号室

お問い合わせお申し込みは本部事務局

# TEL.0742-95-6511

[営業日] 月曜日~土曜日 (祝除く)  
[受付時間] 10:00~17:00

サンスタジオ八木 で **検索**

