

マグマヨーガフロースタイル



■ 広尾本店 ■

月曜日9:30~10:30

水曜日11:00~12:00

土曜日14:00~15:00

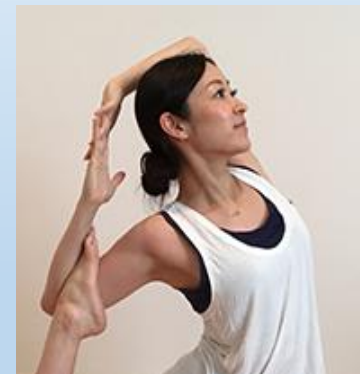
強度：★★★★☆

ツール：なし

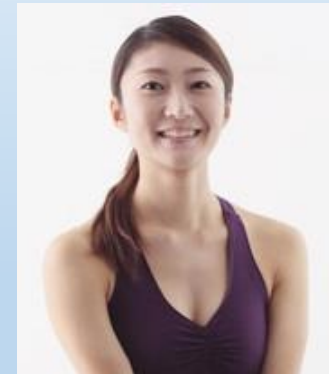
美スタイルヴィンヤサヨガがリニューアル！

呼吸と動きを一体化させ流れるように大きく動いていくクラスです。ポーズ数も多く、次々に動いていきますので自然にポーズが深まりしっかり身体を使うことができます。

マグマスタジオで大きく身体を動かし血流促進、脂肪燃焼効果、デトックス効果を高めていきます。



inseaアドバイザーコンダクター/MARI



inseaコンダクター/平田



inseaコンダクター/高橋 泉