

今こそ! ヨガによる効果を体験してみませんか?

bi 専属ディピカ講師

2008年インド国内ヨガ大会
において個人優勝

#withコロナ #コロナに負けるな #自粛ストレス

#新生活様式 #がんばろう高岡 #ヨガスタジオbi

Go to Yoga 選べる体験キャンペーン

体験受付 **11/30**(月) 20:30まで
最終受付日時 **12/29**(火) 13:00まで

1回体験

通常2,500円(税込2,750円)のところ

2,000円
(税込2,200円)

3回体験

通常7,500円(税込8,250円)のところ

4,500円
(税込4,950円)

5回体験

通常12,500円(税込13,750円)のところ

6,500円
(税込7,150円)

1カ月体験

裏面の
料金プランより
選択

継続ご希望の方にはとっても嬉しい3特典

特典 **1** 先着30名様

入会金100%OFF (以降は70%OFF)

特典 **2** 衛生的に安心なマイマット
ヨガアイテムご購入サポート

全商品20%OFF

特典 **3** 隣接するオーパスフィットネスクラブを

週2回まで無料で利用OK

機能改善、柔軟性向上のために開発されたドイツ製のストレッチ器具「フレックス」もオススメです。

ヨガ(呼吸法・ポーズ・瞑想)で得られる
効果があります。

まず初めに…

biに通われている方の43.5%が50代以上です。

20代 6.5%	30代 14.5%	40代 27.5%	50代 27.5%	60代以上 16.0%
-------------	--------------	--------------	--------------	----------------

ヨガ=難しいポーズをイメージされる方が多いですが、ヨガは体力や年齢に関係なく、どなたでも行えるのが特徴です。

それぞれの効果を実感され、継続しておられる方が多くおられます。

1 いろいろなポーズを組み合わせる事で身体のゆがみやクセを改善し、肩こりや腰痛などの症状緩和に効果が期待できます。

2 身体を整える事で全身の巡りが促されます。冷えや便秘などの原因を改善する効果が期待できます。

3 呼吸に意識を向ける事で集中力が高まります。また、自身の身体や心の声に気がやすくなります。

ストレスの解消や疲労回復などの効果が期待できます。

biに通われている方の70%が「自分は身体が硬い」と思われています。硬い方は硬いなりにヨガライフを始めてみませんか? 身体の硬い方がより効果を実感しておられます。

体験ご予約受付中 ヨガスタジオbi 検索
WEBで簡単に体験・入会の予約ができます!



YOGA STUDIO **bi** ヨガスタジオbi 高岡店

☎ 0766-28-1188

受付時間

月・火・水・金 / 10:30~20:30
※祝日の場合は10:30~13:30
土 / 9:00~19:30
日 / 9:00~15:30
木 / 休館
※レッスンのない時間はCLOSEとなります。