

NASPAニューオータニ

朝の恵みヨガ

カップル・ご家族
お子さまもOK!

男性も参加
できます!



ヨガのベストタイムは「朝」

越後湯沢のおいしい空気をたくさん吸い込んで頭すっきり。また、起きてすぐ空腹の状態でヨガを行うことで脂肪燃焼を促す効果を期待できます。

GW・ オータム

7:00~7:45 (受付 6:45~6:55)

5 / 3^土 . 4^日 . 5^月 . 6^火

9 / 14^日 . 15^月 . 21^日 . 28^月

10 / 5^日 . 13^月

サマー

6:45~7:30 (受付 6:30~6:40)

7 / 20^日 . 21^月

8 / 10^日 . 11^月 . 13^水 . 15^金 . 16^土

開始時間ぴったりにスタートします。

受付には余裕を持って5分前にはお越しください。

参加費

2,200円 レンタルマット付

小学生以下 1,100円 (※小学生マット割引なし)

マット持参で
200円OFF

場所

NASPAニューオータニ ガーデン内テニスコート

※コンディションの良い日はテニスコート隣の芝生にて行います
※雨の日は室内となります(小宴会場)

持ち物

- ・動きやすい服装でお越しください
(朝は冷え込む日もあるので脱ぎ着のできる上着があると安心です)
- ・水分補給の飲み物をお持ちください
- ・参加費はおつりのないようにご用意ください
※アクティビティチケットはご利用できません

最低開催人数が4名に満たない場合は中止になります。あらかじめご了承ください。



Mizuki



Mina



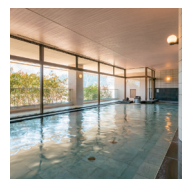
Maho

湯沢と自然を愛するインストラクターと共に、朝日を浴びて大自然の中で深呼吸。心と体をスッキリ目覚めさせましょう。ヨガが初めての方へも皆さまに合わせたヨガをご提案します。

ヨガ参加特典!

美人の湯として知られる天然温泉、自然を感じられる露天風呂を1,500円のところ、朝ヨガで参加者さまは当日に限り500円でご利用いただけます。

※ご利用の方はスタッフにお声がけください
※タオルはお持ちください(有料レンタルあり)



事前予約制
前日 21 時まで受付



090-2230-8826

【受付時間】 10:00~21:00 【受付担当】 高橋
運営: アンジェリカプラナ



LINE予約はこちらから

24時間いつでも受付中! ※前日の予約は21時まで
QRコードを読み取るとお申し込みができます



キャンセルポリシー: キャンセルは前日の21:00までに電話にてご連絡ください。当日キャンセルの場合はキャンセル料100%をいただきます。