ALL DAY YOGA TIME SCHEDULE

10:00-11:00

Vinyasa Flow Advance

上級者むけ

ヨガのご経験がある方々にお楽しみいただけますような、呼吸と共にダイナミックに体を動かしていく、運動量の多いヨガです。ぜひ一緒に汗をかきましょう!

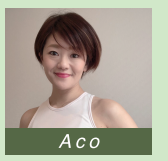
Manami

11:30-12:30

Yoga&Stretch

オールレベル

予約ですぐ満席になっちゃう人気の火曜日クラスが受けられます!ヨガとピラティスの動きをベースにお体の悩みに合わせたストレッチを行います。お体をほぐすことで心も開放し、健やかで充実した1日のスタートの時間を共に過ごしましょう。



Aco

12:45-13:45

Lunch Break

14:00-15:00

Yoga with Music feat. Chiho & 二宮楽

オールレベル

ギタリスト二宮楽さんをお迎えした、ヨガと音楽のコラボレーションです。ただ音色に身を委ねてみてください。オームの振動を味わい、穏やかなフロー、そして後半は少しダイナミックに。。。ヨガの経験は問いません。深く、深く呼吸の中に潜り込んでいきましょう。

Chiho

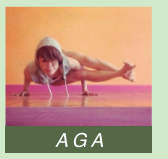
Gaku Ninomiya

15:30-16:30

Dancing Yoga Flow

オールレベル

ヨガとダンスが融合したレッスン。
ポップな音楽に合わせてリズミカルに楽しく!気持ちよく!
気分はダンサーになったような一時間をお楽しみください。



AGA

17:00-18:00

Relax Yoga with Aroma

オールレベル

1日楽しんだ身体を落ち着かせるためのヨガ。
アロマの香りを楽しみながら今日1日の余韻に浸って
程よくストレッチを加えながら重力に身体を預ける感覚を楽しんでください。

Ayano

※ヨガはスタジオ内での開催となります。マスク着用でのご参加をお願いします。

Price

※KIDS…中学生まで

ヨガ受け放題とお食事がセットになったお得なチケット。
スムージーやランチプレート、午後からの軽食も召し上がれます。

- **YOGA & FOOD 1 DAY** Ticket　ADULT ¥5,000 / KIDS ¥1,500

ヨガだけ受け放題をご希望の方

- **YOGA 1 DAY** Ticket　ADULT ¥3,000 / KIDS ¥1,000

1クラスのみご参加の方

- **YOGA 1 Class** Ticket　ADULT ¥2,000 / KIDS ¥500

お食事のみの方　※スムージーは含まれません

- **LUNCH PLATE** Ticket　ADULT ¥2,000 / KIDS ¥500

Reserve

事前予約を推奨しております。
空きがあれば直前参加も可能です。
ご予約はスタジオ専用予約ページから
またはお電話にて承っております。

W Tree House

ダブルツリーハウス

ヨガスタジオ＆クッキングサロン

〒389-0102 長野県北佐久郡軽井沢町軽井沢 1256-8
離山通り沿い 赤い煉瓦の外観が目印

JR 軽井沢駅より徒歩 25 分／自転車 15 分／車 5 分

P 駐車場はスタジオ向かいにある駐車場スペースをご利用いただけます。

Cooking Salon : 0267-31-6425 / Yoga Studio : 0267-31-6426

https://wtreehouse.com/