

LAVA 法人契約
企業限定

東京都情報サービス産業健康保険組合様
LAVA 無料オンラインレッスン

ご案内

受付：5分前から入室可(入退室自由)

開催方法：ZOOM配信

持ち物：水500ml、タオル(汗拭き用)、ヨガマット) (なくてもOK)

参加方法：事前申し込みを行った方に向けて個別にメールでZOOMのURLを送付

申込締切：7月24日(月)

人数：各先着100名 ※ご契約企業様合同開催のため、各先着100名までのご参加となります。お早めにご予約下さい。

お申し込みフォーム

1 7月28日(金) 19:00-20:00

レッスン：メトロノームで
強度：3.5 ヴィンヤサフローヨガ
講師：高島 江梨



2 7月29日(土) 9:00-9:45

レッスン：ブレない身体と
強度：2 心の為のYOGA
講師：高野 詩緒莉



3 7月30日(日) 11:00-12:00

レッスン：お腹引き締めヨガ
強度：3
講師：細谷 真奈加



〈ホットヨガスタジオLAVAへお得に通える法人プラン〉

- ・全国に450店舗以上展開しているため通いやすい!
- ・月額最大3,000円月額OFFで縛り期間なし!
- ・今なら※新規法人申請するだけで無料体験レッスン券プレゼント

※既存会員は対象外

詳しいご案内は
こちらから!



ホットヨガスタジオ LAVA からお知らせです。

この度、LAVA 法人プラン【ご契約企業様限定】でオンラインヨガ無料体験をご案内いたします。
スタジオだと予約待ちが出るほどの人気 LAVA トップクラスのインストラクターのレッスンを、ご自宅でゆっくり
ご体験できます。クラスは初心者の方からヨガご経験者まで皆様が楽しめるコンテンツをご用意。
ヨガ初めての方、すでにヨガをやっている方も皆様是非、この機会にご参加ください♪

★こんな方におすすめ！

- ・無理なくダイエットをしたい！
- ・リフレッシュがしたい！
- ・最近体の疲れや不調を感じる・・・
- ・初めてヨガをするのにスタジオは抵抗がある・・・など

当日は自由参加なので途中退室も OK！

先着順となっていますので、是非お早めにご予約をお願いいたします。

お申込み締切：2023年7月24日（月）まで

【注意事項】

※オンラインのため、インターネット環境をご準備お願いいたします。

※LAVA 法人会員に加入されていない方もお申込みいただけます。

※お申込みは 1 人 1 つまでお願いいたします。

※キャンセルの場合はご連絡不要です。そのため、キャンセルの方にもご案内の連絡が発生する場合がございますが、ご了承くださいませ。

詳細とお申込みはこちら↓

■7月28日（金）19:30-20:00 高島江梨 【強度 3.5】メトロノームでヴィンヤサフローヨガ

<https://forms.gle/bW73yj5j98SEeWLB6>

■7月29日（土）9:00-9:45 高野詩緒莉 【強度 3】ブレない身体と心の為の YOGA

<https://forms.gle/X7DiDK2qAacYtT536>

■7月30日（日）11:00-12:00 細谷真奈加 【強度 3】お腹引き締めヨガ

<https://forms.gle/a7x2bwRXJ3D7HjnT8>

<LAVA 問合せ>

何かご不明な点がございましたら、下記よりお問合せください。

https://secure.okbiz.okwave.jp/lava/helpdesk?category_id=752&site_domain=voice

皆様からのご予約心よりお待ちしております！