



個室空間で自由に楽しめる！

セルフピラティス

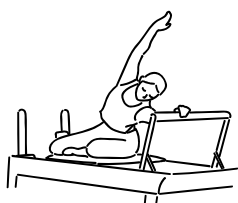
Self Pilates

5月中旬
より
サービス
START!

※画像はイメージです

1 セルフピラティスとは？

プライベート空間で一人だけのピラティス体験！自分のペースでリラックスしながら、心身をリフレッシュしましょう。



2 予約はいつもの ヨガレッスンと同じです！

セルフピラティスの予約方法は、いつものヨガレッスンの予約と同じLAVA公式アプリから！簡単に予約できます！



3 Rintosullの好きな PRG映像でレッスン可能！

モニターが設置されているので、Rintosullのレッスンが自由に自分で選んで楽しめます！



4 利用料金は55分3,300円(税込)

セルフピラティス55分、3,300円(税込)で自分だけの時間を楽しめます！

＼こんな使い方がおすすめです！／

- ☑ パーソナルピラティスレッスン後の自主練習に
- ☑ ヨガレッスンの合間にセルフでRintosullピラティスレッスンの受講