

乳がんリハビリヨガ

～乳がん経験者のためのヨガ～

2022年4月21日(木) / 5月19日(木) / 6月16日(木) / 7月21日(木) / 8月18日(木)
9月15日(木) / 10月20日(木) / 11月17日(木) / 12月15日(木)
2023年1月19日(木) / 2月16日(木) / 3月16日(木)

とにかく少し体を動かしてみたい。気持ちも体もリラックスしたい。
厚生労働省から京阪神初の温泉利用型健康増進施設として認定された
神戸みなと温泉 蓮で、心と体が喜ぶヨガを始めませんか。

ポーズを気にせず、無理なく自分のペースで、
さあ笑顔で深呼吸することからスタートしましょう。

対象

乳がん
経験者の方

治療中の方は
主治医とご相談の上、
ご参加ください。

- 開催内容** ◆ 10:00～11:00 スタジオヨガ [開始時間の10分前までに受付をお済ませください]
◆ 11:15～12:15 展望大浴場 [ご参加の皆様は当日のレッスン後に限り、貸切でご利用いただけます]
- 料金** ◆ 3,800円(税込 4,180円) [天然温泉入館料・飲料1杯を含む]
※表示料金に別途、入湯税を申し受けます。サービス料はいただいておりません。
- 定員** ◆ 10名(先着順)
- 備考** ◆ 受講の際は動きやすい服装(Tシャツなど)をご用意ください。
レンタルウェアのご用意もごございます(有料)。
◆ 催行日当日のキャンセルにつきましては、
ご料金の100%のキャンセルチャージを申し受けます。
◆ 勧誘目的や勉強のための参加はご遠慮ください。
- 後援** ◆ 神戸健康大学、BCY Institute Japan
BCY Institute Japan は、日本における乳がんヨガの学びの場を牽引するとともに、
クラスの質と安全を提供することを目標として運営する団体です。



本プログラムは
ヘルスツーリズム
認証プログラムです

KOBE MINATO ONSEN REN
1-1 Shinko-cho, Chuo-ku, Kobe, Hyogo, Japan
Tel 078-381-7000



神戸みなと温泉 蓮
〒650-0041 神戸市中央区新港町1-1
Tel 078-381-7000