



## トレーナーによるヨガ&ストレッチ お得な朝食&温泉セット

- 開催期間： 2026年5月3日(日・祝)～10月11日(日・祝)  
※特定の設定日のみ開催。詳細はスケジュール表をご確認ください。
  - 体験料金： ヨガ&ストレッチ体験と朝食&日帰り入浴 料金¥3,500 (前日までにご予約ください)  
お得なセットプランとなります。
  - 持ち物： ヨガマット・飲み物(水やスポーツドリンク)
  - 会場： グラスガーデン※悪天候時コンパルム
  - 受付： 孺恋プリンスホテル ロビー内受付 受付時間 6:30A.M.～
- 当日スケジュール：受付開始6:30A.M.→ヨガ・ストレッチ体験7:00A.M.～7:40A.M.→朝食9:30A.M.  
クローズ→日帰り入浴10:00A.M.クローズ  
※ナイトヨガは対象外となります。

### 開催スケジュール

5月- 3日、4日(ク)、5日、6日(ス)、10日
6月- 7日、21日、27日(ト)
7月- 5日、20日(ス)、25日(ト)
8月- 2日、9日、13日、14日、15日、16日、22日、23日、30日
9月- 6日、20日、21日、22日、23日(ク)、26日(ト)
10月- 4日、11日

- モーニングヨガ・・・1日のパワーチャージ (7:00～7:40)
- (ト)ナイトヨガ.....おやすみ前の心身の解放 (20:00～20:40)
- (ス)ストレッチ.....身体をほぐすプログラム (7:00～7:40)
- (ク)クリスタルボウル※とヨガ・・・音の波動に包まれる特別な時間 (7:00～7:40)

※クリスタルボウルとは水晶と様々な鉱物やパワーストーンを混ぜて、ボウル状に成型した楽器です。ヒーリング効果があるといわれています。

※予定は変更になる場合があります。詳細・最新情報は公式HP (またはSNS) をご確認ください。

孺恋プリンスホテル

TEL : 0279-97-4111 (受付時間 10:00A.M.～5:00P.M.)