

汗をかきにくい方には
ホットヨガがいいと思います。

自分の自由にできるのと、
人とあんまり会話しなくて
良いので気分的に楽です。
自分の時間に集中できま
す。

清潔に心が
けて頂いて
いるので、
快適な時間
を過ごせま
す。

先生方は優しく、丁寧に指導して下さい
るので、楽しく通うことができます！汗が
ビクビクするくらいで、本当にスッキリ
します😊

UNION会員様から 体験者様へメッセージ

汗をかきたいけど運動はきついとい
う方にホットヨガはオススメです。
年々代謝が悪くなるのでホットヨガ
でデトックスしましょう。

以前、某スタジオに通っていましたが、
比較してもスタジオや更衣室もゆったり
していて、快適に通える。

続けることで心も体も健康になりました。
これからは健康になるために、お金をつかうの
が良いと思います。

シャワールームなど、綺麗で使いや
すいです。
ゆっくり支度できるので助かります。

おばさんでも全然大丈夫！
インストラクターも優しい方ばかりですよ。

5・6ヶ所体験にいきましたが、UNIONに即決でした。インストラクター
の人も皆さん良い人で、その雰囲気のおかげでスタジオにいやすく、居心
地の良いものとなっているのだと思います。代謝が良くなったのか、肌の乾
燥も改善され、冷えやむくみもよくなりました。思っていた以上のものを
得られ大満足です。好き嫌い、合うあわない等ありますが、絶対に一度
は体験してほしいです。特に女性は良いことだらけです。ホットヨガを体験
しない人生なんて損している気がします。ホットヨガに出会えて本当
によかった！！

続けることで心も体も健康になりました。
これからは健康になるために、お金を
使うのが良いと思います！！

体に痛みが
あったら、
ぜひヨガで。

何歳になっ
ても汗を出
す。ストレ
スをリセッ
トすること
は自分への
一番喜ばし
いひと時。

一度やれば必ずはまるから、
みんなで楽しくヨガをやりましょう。

ヨガなんて絶対出来ない！！と
思っていた私でも、出来ている
ので、少しでも興味のある方は
オススメです。

ヨガでは今の立ち
位置(今できること、
できないこと)を知
ることができます。

高い月謝を払うだけの価値は、
あると思います。

10年後の自分のために、ぜひ
ヨガを始めてみてください。