

# NAS OPEN COLLEGE



NAS会員  
でなくても  
受講可能

## 子連れヨガ

NAS OPEN  
COLLEGEとは

NASの会員様でなくてもNASをご利用いただけるレッスンやセミナーイベントのことで、近隣地域の方々に広くご参加いただけます。入会等の必要はありません。その都度の料金制で何回でもご利用いただけます。

クラブのオープン前のため、密にならずに先行入場できます！

開講時間

毎週金曜日10:00～11:00

※9:45からご入館いただけます。お車でご来館の際はインターホンで「子連れヨガです」とお伝えください。

場所

スポーツクラブNAS六本松 Bスタジオ

対象

0歳～未就学児のお子様とその保護者

※お子様連れでも参加できてリフレッシュしていただけることが目的ですので、同伴時のみご参加可能とさせていただきます。

参加費

1回 600円(消費税込)

予約制

お電話にて予約受付

※キャンセルの場合は必ずご連絡をお願いいたします

定員

予約制6名 ※事前予約をおねがいたします

授乳室・おむつ替えシート完備・その他お子様の身の回りの物は各自お持ちください。  
お母様は動ける服装でご来館ください。 ※クラブロッカーはご利用いただけません。貴重品は貴重品ロッカーに預けるか、各自で管理をお願いします。

講師



MAYUMI先生

育児に奮闘しているママのためのリフレッシュヨガです。  
参加者に合わせて骨盤エクササイズやピラティスも取り入れております。  
お子様は泣いても動き回っても大丈夫！お互い気にしすぎることなく  
ヨガを楽しむ時間にしましょう！

感染症予防対策実施中



- ご来館時にはマスクの着用をお願いいたします。(レッスン中も着用必須)※お子様は不要です。
- 受付時に健康チェック項目の確認と検温をお願いいたします。
- レッスン前後は手指のアルコール消毒をさせていただきます。

スポーツクラブNAS 六本松

TEL 092-406-8830