

# ヨガスプーン オープニングイベント

2020年1月9日 13:00~14:10

2名の特別ゲストをお迎え！健康的なダイエット方法を学ぶ一時間♪



いくつもの病気を乗り越えて  
半年で12kgのダイエットに成功！  
奇跡のアラフィフ 堀川 愛子様



チャンネル登録者数75万人！  
ダイエット分野の大人気Youtuber  
muscle watching 高稲 達弥様



13:00 ヨガスプーン代表松本より  
オープニングの挨拶とプチヨガ



13:10 堀川愛子様のトークショー  
『ヨガとダイエットと私』



13:30 高稲達弥様のトークショー  
『最初の20時間でダイエットスキルを習得する方法』

13:50 muscle watching 高稲達弥様の  
"10分滝汗" 特別レッスン！



14:00 餅まきならぬ 餅配り



ヨガと食べ方 ヨガスプーンは、食事指導付き少人数制のヨガ教室です。運動と食事で健康的なカラダをつくりたい！今よりもっと素敵な自分になりたい。そんな方に、癒しと楽しい学びの

時間を提供したいと思っております。期間限定でオープニングキャンペーン実施中。今ご入会の場合、毎月、通常料金より2000円お安い月額料金で通っていただけます。ご興味のある方はぜひ体験レッスンにお越しくださいませ。体験のご予約は左記の公式ラインかお電話にて受け付けております。お気軽にお問い合わせください(#^\_^#)

食べヨガフル (税込¥17,000⇒¥15,000)  
食事指導付、ヨガ毎日。

食べヨガミニ (税込¥14,000⇒¥12,000)  
食事指導付。ヨガ月4回。

ヨガフル (税込¥11,000⇒¥9,000)  
ヨガ毎日。

ヨガミニ (税込¥8,000⇒¥6,000)  
ヨガ月4回。

会員の皆様、お近くの皆様、  
無料でご招待いたします★

(定員がございます)

松山市余戸東5-1-6 Yoga spoon

(マルヨシセンターの玄関から見て向かい側の店舗です)

※駐車場の台数に限りがございます。

イベント当日は公共交通機関でのご来店にご協力ください。

ご予約お待ちしております♪

ご予約は  
公式ラインかTELにて⇒



<https://yogaspoon.jp/>

ヨガスプーン

