

# YAMUNA BODY ROLLING®

専用のボールを使用し、自身で骨や筋肉を正しい方向へシワを伸ばすように牽引(けんいん)していくセルフケアです。体内にはスペースが生まれ、強ばりや痛み等のストレスからの解放、そして身体は動きを取り戻します。

2025.1.11 sat / 1.25sat

2月開催日決定！＜受付＞1/11(土)16:00～

2025.2.1 sat / 2.8sat

場所：Bスタジオ

19:15～20:15 定員 7名

料金 ¥1,650(税込)/回

ヤムナボールレンタル料 ¥220(税込) ※初回レンタル料 無料

♡YAMUNA®(ヤムナ)とは...♡

身体の骨格を本来あるべき位置に戻し、体内における失われたスペースと本来の身体の動きを取り戻していく、革新的なセルフケアプログラムです。

いつまでも動ける身体で  
いられるよう、サポート  
致します！



担当 MAKI