

2019年6月8日(土)



MEGURI
SPA & WELLNESS



GLOBAL
WELLNESS
DAY®
I SAY YES!

MEGURI & SPA WELLNESS × グローバルウェルネスディ無料イベント開催!!

毎年6月第2土曜日を『GLOBAL WELLNESS DAY』とし、この日1日は忙しい毎日を一旦忘れ、立ち止まり、自分自身を見つめ直してみようという趣旨の元、賛同する世界100カ国の施設・団体などがボランティアでイベントやワークショップを開催し、この特別な1日＝『GLOBAL WELLNESS DAY』をお祝いしています。

「この1日をきっかけに健康的な生活を」

今年はインターコンチネンタルホテル大阪4F フィットネスにて、『ズンバ』の無料イベントを行います。



ZUMBA (ズンバ) とは・・・

「音楽」と「ダンス」、それにフィットネスエクササイズを融合させたダンスエクササイズです。上半身、腹部、下半身が連動してリズムカルに動くことで、全身の筋肉をバランスよく刺激します。まるで音楽に合わせてダンスをしているかのような感覚で、効果的に多くのカロリー消費を実現！パーティーを楽しんでいるような面白さを体感することができ、ダイエットやストレス発散にピッタリです。

エネルギーギッシュなダンスエクササイズで、楽しく健康を維持しませんか。講師のルーシーと共に音楽によってカラダを動かしましょう。ダンス初心者の方も、ビジター様もお気軽にご参加ください。

日時：2019年6月8日(土)

場所：インターコンチネンタルホテル大阪4F フィットネス

時間：13:30～(1時間程度)

料金：無料

内容：ZUMBA (ズンバ) を行った後、スパで使用しているイギリス発コスメブランド、エレメンタルハーボロジーを使った膝下トリートメントを体験していただきます。

定員：定員10名 前日までの完全予約制

定員に達した際は、承れない場合がございますのでご了承くださいませ。

注意事項：イベントにご参加の方は当日動きやすい服装でお越しいただくかご持参ください。

男性、女性どちらもご参加可能です。

ご予約・お問い合わせ

06-6374-3503 (MEGURI SPA & WELLNESS 直通)

meguri@thedayspa.jp