

頻度

頻度を増やせば効果を感じやすくなりますが、あなたのライフスタイルに合わせて、足したり引いたり、あなたらしい温活生活を。

あなたの岩盤浴頻度にぴったりの料金プラン

岩盤浴入り放題

- 1ヶ月コース 6,600円
- 3ヶ月コース 18,000円
- 1年コース 64,800円

1ヶ月コースで月10回来ると
1回あたり660円(週2~3回)

3ヶ月コースで月15回来ると
1回あたり400円(週3~4回)

1年コースで月20回来ると
1回あたり270円(週5回)

最大 **週5**

週3

週2

週2以上なら《入り放題》がお得!

プレミアム会員

年会費 15,000円
入浴料 600円

ブルブルマシン無料
※ポイントあり

回数券

10回券 9,350円
1回あたり935円
使用期限 約1年
※ポイントあり

券売機

入浴料 1,100円 入浴セット 1,500円
※ポイントあり

リラックスしながら
体を動かす《温活》

岩盤浴ヨガ

水金 予約制

岩盤浴とヨガの良さを
かけ合わせた相乗効果無限大の
ホットヨガ。
体が軽くなったという声、多数。

- モーニングヨガ
AM10:30~11:30
- アフタヌーンヨガ
PM2:00~3:00
- ナイト&整体ヨガ
PM8:00~9:00

岩盤浴ヨガ年間会員がお得!

基本の **寝てるだけ温活**

岩盤浴 × 週1

月に2~3回

たまに行きたい

誕生日は
少しお得です

岩盤浴の良さを知ったあなたへ
STEP UP!

体に入れる サポート

販売中
カーボン 4カプセル
600円

デトックス
強化セット
高濃度ミネラル水
500ml
カーボン
4カプセル
1,080円

VANA H
水素珪素天然水
天然水素・天然珪素
天然バナジウム
2L 625円

岩盤浴におすすめ!
22種類以上のミネラル豊富な
ミネラル水
500ml 80円
1L 100円
空き容器をお持ちください

販売中
750g
1,200円

ミネラル補給に!
クリスタルガイザーを
買くと
『天日海塩』
ワンスプーン
サービス!

しょうが紅茶

岩盤浴前の サポート

さとう式リンパケアとは
優しくふれて、
ゆらして、ゆるませる。
押さない、揉まない、
引っ張らない。
リンパを流すのではなく
流れやすい体にしてくれる施術。
効果が目に見えるのが面白い!

小顔になるイヤークセサリーなど
さとう式アイテムの販売
ワークショップ開催

さとう式リンパケア
施術

しっかり
90分コース
10,000円

すっきり
40分コース
5,000円

岩盤浴前の
20分コース
2,000円

ブルブルマシン
10分
100円

ウォーキング

お家で出来る 《温活》サポート

生理用
布ナプキン
無漂白の安全・安心の
布ナプキン。
体を冷やさなから
使うだけで生理痛が
改善することも。

温めグッズ

- いりぬかカイロ
- 小豆カイロ
- 冷えとり靴下
- はらまきパンツ

締めつけない下着
温活ぱんつ
ゴムで締めつけない
解放感と
ふわり包みこむ
安心感。
血流が良くなり、
冷えの改善にも。

頭が痛くなりにくい
ヘアターバン

フチ断食
簡単なやり方は朝食を
抜くだけ。胃の中が
空っぽになってからが
排出の時間です。
岩盤浴も空腹状態が
おすすめ!

超基本の温活

- 体を温める
(冷やさない)
- ちゃんと寝る
- 食べ過ぎない

学ぼう!ワークショップ 知識や学び の《温活》

**布ナプキン
ワークショップ**
布ナプキンにいろいろ
不安があるあなたへ。
無理なくつき合える方法も
お伝えします!
一緒にちくちくしましょう!

**小豆カイロ
ワークショップ**
じんわり優しく
あったかい小豆カイロ。
目の疲れや生理痛にも
おすすめです。

**温活ぱんつ
ワークショップ**

- 手ぬぐいタイプ
- 無漂白ネル生地タイプ

から選べます。

発酵シロップ教室
今、注目されている
発酵食品。
高濃度ミネラル水で
仕込むから失敗が少なく
ミネラルたっぷり!
おいしくて快腸!

**フチ
望診法講座**
季節に出やすい不調を知り
気持ちよく過ごす知恵などを
お伝えする講座

**さとう式リンパケア
セミナー**

- セルフケア
- リンパケア初級
- インソール
- イヤークリップ など

効果・満足度アップのための

サポート

グッズ

温活習慣

を **プラス**

→ → → →