MEDICAL FITNESS 24 × SAKURA ISEIKAI LOUNGE

心とカラダを整える、
自分を大切にする時間。

フェムケア & メンズウェルネス

ヨガ&アフタヌーンティーイベント

2026
9.29（火）
14:00 ～ 15:00

フェムケア & メンズウェルネスって？

性別それぞれの体の特性に合わせて、ホルモンバランス・自律神経・巡りを整える今注目のウェルネスケアのこと。

Total 60分
40分 ヨガレッスン
20分 アフタヌーンティー

定員 8名（先着順）

参加費 一般 2,000 円 / 会員 1,500 円（税込・アフタヌーンティー料金込み）

＼ こんな方におすすめ ／

- ストレスや疲れがたまっている
- 睡眠の質を高めたい
- 肩こり・腰痛が気になる
- ホルモンバランスを整えたい
- 更年期の不調が気になる

理学療法士 監修

フェムケア&メンズウェルネス特化
ヨガ・ストレッチ

- ☑ 心とカラダのリセット
- ☑ ホルモンバランスのサポート
- ☑ 内側からのエネルギーチャージ

ヨガで整えたあとは…

SAKURA ISEIKAI LOUNGE にて
アフタヌーンティー

選べる **スイーツとドリンク**

- ハニーチーズトースト
- 豆乳プリン
- 米粉チーズケーキ
- コーヒーゼリー
- コーヒー
- カフェラテ
- 紅茶
- ココア

※ Ice・Hotあり

MEDICAL FITNESS 24

年齢・性別問わず、どなたでもご参加いただけます。ご予約はこちらから

i-Mall（医誠会国際総合病院）SOUTH WING MEDICAL FITNESS 24
〒530-0052　大阪市北区南扇町 4-14　Tel：06-4301-5620
大阪メトロ堺筋線 扇町駅から徒歩 3 分　JR 環状線 天満駅から徒歩 7 分　JR 大阪駅から徒歩 14 分
スタッフ常駐時間：月～金：9:00～19:00　土・日：9:00～17:30　祝日：不在　※スタジオレッスン等でご対応できない場合もございます