

女性限定! ドゥミルネサンスが 今ならお得!!

秋からはじめる ヨガ&ピラティスで 「美活」

忙しい毎日にはっと一息つける、
都会の中のくつろぎ空間をあなたへ。
ご自分のための大切な時間をお過ごしください。
ドゥミルネサンスは初心者にやさしい
自分磨きスタジオです。

初めての方でも安心!!!

まずは、体験
体験料 3,240円のところ
1,080円 (税込)
レンタルマット代込み
※プログラムは全て定員制のため、
電話またはインターネットにて
ご予約ください。

～1ヶ月使い放題、全店共通利用可能～
ドゥミ Monthlyコーポレート会員

全店フリーパス会員より
月会費 9,720円 (税込)
3,000円もお得! ※ホットヨガ利用時は別プランとなります。

下記期間中にご入会の方は、さらにお得です!
期間2014年10月11日(土)～11月30日(日)

法人会員証
発行手数料
1,080円(税込)
0円 + 初月月会費
9,720円(税込)
4,860円 (税込)
今なら! 今なら!

ご入会に必要なもの

- 健康保険証
- 法人会員証発行手数料 1,080円(税込)
(今なら手数料0円)
- 口座のわかるもの&届出印、もしくは
金融機関キャッシュカード&認印
- 月会費2ヶ月分

※ご入会は15歳以上の女性に限らせていただきます。

※プログラムは全て定員制のため、インターネットまたはお電話での「事前予約制」となっております。



ヨガ ピラティス ダンス

女性のための駅前スタジオ

ドゥミルネサンス

各店舗とも 駅から徒歩1分で通いやすい!

渋谷店--03-5428-0234
五反田店--03-5798-9800
市ヶ谷店--03-5227-7200
高田馬場店--03-5287-2570
中野店--03-5342-0240

目黒店--03-5789-0340
新橋・銀座口店--03-3572-2434
田町・三田店--03-5765-2575
池袋東口店--03-5928-1450
詳しくは **ドゥミ** 検索

女性だけのヨガ&ピラティススタジオで「美活ライフ」をはじめませんか？



美活その1 週1ヨガで健康習慣



ヨガ
ストレッチのように心地良いポーズや程良く筋肉を使うポーズで驚くほど体がスッキリします！

美活その2 ピラティスで姿勢と歪みを改善



ピラティス
人間本来の持つ機能を目覚めさせ、美しくなやかな身体を作るためのエクササイズです。

美活その3 女性らしいボディラインを作るエクササイズやプログラムも豊富



骨格リセット
『ウェーブストレッチリング』を使用し、肩甲骨から背骨・骨盤への筋肉を「あたため」「ほぐし」「整える」ことで、美しいボディライン作りを目指します。



R P B
R…Relax(余分な力を抜く)
P…Posture(正しい姿勢の保持)
B…Balance(バランス能力の向上)を
目指したエクササイズです。

初めての方でも安心!通いやすい!続けやすい!ドゥミルネサンスが支持される3つのポイント!



ドゥミルネサンス 渋谷 限定情報

ドゥミ Monthly 会員様なら
ホットヨガも、お得に利用できます。



デトックス効果 ダイエット効果 冷え性改善

Point 1

豊富なプログラム
・ヨガ60 ・リンパヨガ
・骨盤調整ヨガ ・映像プログラム
・コラーゲン Beauty メソッド

Point 2

肌・髪もうるおう
ナノミスト空間

ドゥミ Monthly 会員限定 都度利用料金 **2,160円(税込)**

9月から
コラーゲン
Beauty
メソッド
導入スタート!



ホットスタジオで、全身に光トリートメントライトを浴びながら呼吸法やセルフマッサージを行い、溜った老廃物を流し、筋肉をほぐし、整える究極の美容メソッドです。ジンジャーードリンクやフェイスパックを併用し、カラダの内側・外側の両方からキレイを目指します。