

ブレダ 南砂町

ホットコラーゲンプログラム体験利用の方へ

初回体験 ご利用案内



○キャンセルについて

予約日の前営業日(営業時間内)までに下記の連絡先へご連絡下さい。
(例：予約が火曜日の場合⇒ 前日月曜日が休館日の為、日曜日(～20時)迄)

○体験利用当日について

プログラム開始後は、スタジオに入室できません。
時間に余裕を持ってお越し下さい。
プログラム開始30分前から施設へ
ご入館いただけます。
(入館時に体験利用の受付手続きがございます)

『ドゥ・スポーツプラザ南砂町』店内にございます。
フロントにて**ブレダ体験利用**の旨をお声がけください。



①ブレダ体験利用申込のお手続き

②更衣ロッカーにてお着替え

③ホットスタジオへ移動 (必ず大判のタオル、飲み物をお持ちください)

④ホットコラーゲンプログラム体験 水分はこまめにとってください。

⑤浴室・サウナはご利用いただけません しっかり汗を流しましょう。 プログラム終了後60分後までに ご退館いただきます。

⑥最後はフロントにて チェックアウトのお手続き

ご体験ありがとうございました。

※注意事項

妊娠されている方、光線に過敏な方、
自己免疫疾患をお持ちの方は、
体験レッスンはご遠慮ください。

体験利用にあたり お持ちいただく物

- ・体験利用料金
- ・動きやすいウェア上下
(半袖やノースリーブなどと膝が出る丈のパンツやスパッツがオススメ)
- ・着替えの下着
- ・飲み物(お水500ml 以上)
汗をかくことで体内のミネラル分も一緒に失われていますので、
少し硬度のあるミネラルウォーターの摂取をおすすめします。
- ・シャワー用バスタオル
- ・レッスン用フェイスタオル、バスタオル



※コラーゲンプログラムの効果を、より感じていただくために、
お化粧は落としてからのご参加をおすすめいたします。
※ドリンクの販売、タオル(大・小)・ウェア(Tシャツ・短パン)の
レンタル【有料】もしております。
お荷物を少なくしたい方はぜひあわせてご利用ください。



03-6659-8202

南砂町ショッピングセンターSUNAM04 階
(ドゥ・スポーツプラザ南砂町内)
ブレダ南砂町



BLEDA
HOTYOGA & COLLAGEN STUDIO



株式会社ドゥ・スポーツプラザ