

# 毎週木曜日は

# おもてなしの日

※祝日・特定日は除きます/他サービスと併用不可

## ＊＊おもてなし イベント＊＊

## カラダ リセット&リフレッシュ

### 初心者の方でも安心！

「ストレッチ」や「セルフマッサージ」を専門トレーナーがわかりやすくレクチャー！  
運動不足を解消したいけど、運動には抵抗がある方にオススメです！

普段感じているカラダの不調も、簡単な運動で解消できるかもしれません。

ストレッチやセルフマッサージ等を取り入れながら行うことで

終わったあとはカラダはスッキリ！リセットされることでしょう！

少しでもご興味ある方はぜひお気軽にご参加ください♪

【限定20名様】チェックイン時にお申し付けください。

★事前予約承ります。INSPA横浜 TEL：045-451-4301



**13:00～13:30**

2F ジムエリア1stスタジオ

**参加費 500円**

★55歳以上の方は・・・

500円 ⇒

**無料**

※館内着・または運動着でご参加ください。

【55歳以上の方限定】

# おもてなし特典

## レストランパック

入館料 + ランチ or ディナー

3,500円 ⇒ **3,000円**



ランチは契約農家の新鮮朝どれ三浦野菜を  
ふんだんに使ったヘルシーな「前菜buffet」  
が人気★メインは「お肉・お魚・パスタ・  
スープ・ごはんもの」からお選び頂けます。

4F カフェ&バー

天然氷の  
かき氷  
全品

100円引き



※他サービスと併用不可

3F

## ボディケア

全メニュー **10%OFF**



※40分以上のコース対象

3F

あかすり40分+頭皮ケア20分

8,330円 ⇒ **6,800円**



2F

## ヘアサロン

極上ヘッドスパ50分 **6,500円**

★「ハンドマッサージ」サービス★

(税別)

