

＼おトクに入会！／
法人プラン

詳しい料金と
ご案内▶



LAVAでホットヨガ

法人入会なら、ずーっと！

月会費 月額最大

7,000円OFF

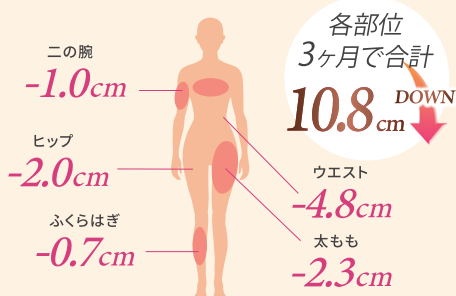
※法人契約(所属組合の)期間中に限ります。契約終了後は通常料金となります。
※組合補助金4,000円含む。

3ヶ月で
変わる！

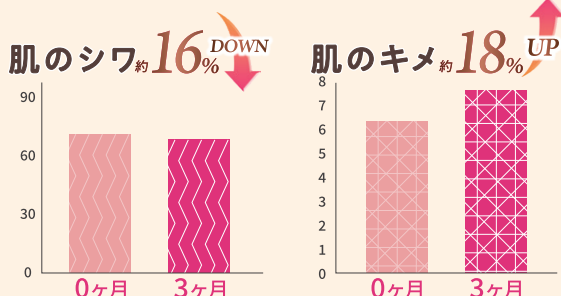
ホットヨガの効果がすごい!! 同志社大学と共同研究!!

抗加齢医学を専門とする同志社大学生命医科学部と共同して、ホットヨガの効果についての研究を行いました。その結果、深部体温上昇とヨガの身体活動との相乗効果によって、長寿遺伝子の活性を高め、若々しさと健康と美しさを保つために必要な様々な項目についての改善が期待できることが分かりました。

ダイエット効果



美肌効果



※20～59歳の日本人女性で、運動不足を自覚している53名を対象に調査。1回60分のLAVAのホットヨガのレッスンを3ヶ月間、週2回受講した場合の結果の平均値。(引用元:2022年6月30日発行一般社団法人糖化ストレス研究会 Glycative Stress Research 9巻2号「ホットヨガ12週間実施による心身への影響の検証(“in press”)」に掲載)効果には個人差があります。試験期間中は試験に影響する新たなサブリの摂取や運動などを開始しないこと、通常の生活を維持することを管理。