



住友理工健康保険組合の皆様へ LAVA 法人プランのご案内

全国展開

# 日本最大級 ホットヨガ

2022年9月より 法人さま向け会員サービススタート

お近くの  
店舗を探す



11月末までのご入会でLAVAポイント

**2,000円分**プレゼント!

● 法人入会なら縛り期間なし

LAVAなら継続必須期間がないからはじめやすい!

● コース・店舗変更無料

さらに! 新規ご入会で ※新規WEB入会者のみ適用となります

入会金・登録金  
**0円**

水素水  
マンスリー  
2カ月  
**無料**

タオル  
マンスリー  
2カ月  
**無料**

安心  
サポート  
2カ月  
**無料**

法人入会なら、ず——と!!

月額最大 **3,000円OFF**

## 法人ご登録の流れ 新規入会の場合

LAVAに通ったことがない方/過去、LAVAに通ったことがある方▼

現在LAVAに通っている方▼

1. 申請 法人会員専用 Webページから申請  
契約ID: C0001215001 パスワード: イン트라ネットをご確認ください。

1. 申請  
左記と同じ

2. 承認を待つ 承認後メールがくるまでしばらくお待ちください

2. 承認を待つ

3. 会員番号受領 メールにて LAVA会員番号送付  
(特別招待券ご利用の方は、会員予約ページよりご予約ください)

メールにて  
承認完了通知

4. 入会 WEBで入会できちゃう! 最短5分!  
LAVA Web入会 (QRコードをご用意ください)

法人コースへ変更完了

5. 来店予約 初回来店予約 (引き落とし口座登録)

※注意: 企業承認が1日~15日完了→翌月適用  
16日~月末完了→翌々月適用

### 法人会員 特別料金表

マンスリーメンバー・フリーフルタイム

※イチョシ! 全店通い放題!  
1日2本レッスン受講可能

通常価格16,800円▶

**13,800円**

マンスリーメンバー・ライトフルタイム

2店舗通い放題!  
1日1本レッスン受講可能

通常価格 7,800~15,800円▶

**6,800~12,800円**

マンスリーメンバー・4フルタイム

月4回までご利用可能

通常価格 6,800~10,800円▶

**5,800~9,800円**

お問い合わせ先(法人用窓口)▶

こちらのWebよりお問い合わせください。  
担当者より、後日ご連絡させていただきます。



法人登録の申請▶

こちらよりご申請ください。

もっと LAVA について  
知りたい方は…

公式HP ラバ

※価格は税込み表記 ※水素水専用バック1個プレゼント ※施設使用料別途2,500円。※3カ月目以降は個人口座からの引き落とし。※WEB入会時月会費2カ月分お支払い(Web入会時にお支払いいただいた費用は返金いたしかねます) ※オプションマンスリー3カ月目以降有料。※16歳~24歳の学生向け学割有(法人資格は無し) ※未成年で法人資格の無いお客様はWEB入会ができません。店頭入会・親権者同意書が必要です。

## 会員様からのお声をいただきました



LAVA歴2年6か月  
40代女性

悩みの種の腰痛が嘘のように軽くなりました。ヨガを始めたことで気持ちが前向きになり、人生観が変わりました。



LAVA歴1年6ヶ月  
40代男性

ゴルフのスコアを伸ばしたくて入会。一番変化したのは内面。いいイメージを持ち、力まず集中できるようになりました。



LAVA歴1年4か月  
20代女性

ヨガを始める前よりも体重を6キログラムも減らせ、周りから痩せたね、綺麗になったね!と言われることも多くなりました。



LAVA歴1年9ヶ月  
50代男性

仕事柄時間に追われる中でヨガに出会い、自分の時間が作れ、同時に痩せたねと言われる続けています。何度言われても飽きないですね。

## ホットヨガとは？



発汗・老廃物の排出を促す温度・湿度設定でヨガを行います。

肌質の変化、肩こり改善、シェイプアップなど、98%の会員様が様々な効果を実感されています。

ヨガ初心者の方、運動が苦手な方にも大好評。

落ち着いた雰囲気スタジオ、多様な目的に合ったプログラムで

20代～70代まで幅広い世代から支持されています。

**LAVAは選ばれてNo.1。**

誰でも始めやすく、会員様の80%が未経験からスタート!

ホットヨガを始めるなら、LAVA!

※1 イー・クオーレ調べ:2020年10月



### ヨガの効果

#### 筋肉量・代謝UP

姿勢の改善＝肩こり・腰痛等の不調の改善  
ダイエット効果

#### 未病の予防

心疾患、糖尿病等の未病の予防に効果的

#### ストレスの解消・鬱の予防

ホルモンのバランスが整い、  
ストレスの解消や鬱に予防に効果的

お悩み・目的・難易度に合わせて自由に選べる

## 30種類以上のプログラムをご用意

初めてヨガを楽しむならこのレッスン!

#### ヨガビギナー

強度 2.5 [ホット]



ヨガの代表的なポーズをじっくり行うコース。普段カラダを動かさない方でも無理なく楽しめるほか、運動をされている方のメンテナンスとしてもおススメです。

デスクワークでお疲れの方におすすめ!

#### 肩こり改善ヨガ

強度 2.5 [ホット]



ポーズと呼吸を通じて血行を促進し、肩のこわばりを改善して、普段からこりにくい肩を目指すコース。軽い肩で気持ちも前向きに。全身のバランス調整にも効果的です。

#### ネイチャーフィールヨガ

強度 2.5 [ホット]



幻想的な音のなか、自然の営みに想いを馳せてボーリング。情熱を呼び覚まし、溜め込んだストレスを解消。

疲れを癒すなら、リラックスヨガ!

#### リラックスヨガ

強度 1.5 [ホット]



座りポーズ、寝ポーズを多く取り入れたリラックスできるコース。ゆったりと腹式呼吸をしながらポーズをとり、ストレスによってこり固まりやすい胸・肩を丁寧にほぐしていきます。

#### 至福の睡眠ヨガ

強度 1.5 [ホット]



ブレインスリープ社と共同開発・効果実証済! ヨガのポーズと呼吸法により姿勢と呼吸を整え、継続することで睡眠の質を高めていきます。

#### 美Body life yoga

強度 1.5 [ホット]



全身のマッサージとヨガのポーズの相乗効果で、理想の美Bodyへ。全身の引き締めや、美肌作りをサポートします。