

都心の大人のスパ施設 池袋 タイムズ スパ・レスタ

## 女性限定・サウナでストレッチ『サウナ&TwinsONEストレッチ』始めました。

東京都豊島区東池袋にある「Times SPA RESTA (タイムズ スパ・レスタ)」では、「五感で四季を楽しむ」をコンセプトに季節に合わせたフェアやキャンペーンを実施しています。

2018年3月11日(日)から新たなイベントとして、女性クリアミストサウナにて「サウナ&TwinsONEストレッチ」を実施しています。ミストサウナの中で、専門のインストラクターの先生と一緒に、座った状態でストレッチを行います。以前から実施している「サウナ&ヨガ」に続く新しいサウナ内でのイベントとして、女性限定でお楽しみいただけるイベントです。

### ●「サウナ&TwinsONEストレッチ」の魅力

ミストサウナの温かい環境はその場にいるだけでも身体が温まるので、  
身体の強張りを取り除くのにとても優れた環境です。

その優れた環境の中でストレッチを行い、身体をほぐす事で身体のコリなどを解消していきます。座ったまま行う簡単にできるストレッチなのでご自宅でも実践していただけます。

開催日：3月11日(日)、3月24日(土)、4月8日(日)、4月21日(土)  
5月6日(日)、5月19日(土)

時間：1日3回 14時～、16時～、18時～ 各回約8分間

場所：女性クリアミストサウナ

参加：無料

協力：HOT WAVE YOGA LHASA <http://yoga-lhasa.jp/>



### ★詳細はこちら

<http://blog.timesspa-resta.jp/2018/03/twinsnione-106d.html>



### 【タイムズ スパ・レスタ】<http://www.timesspa-resta.jp/>

タイムズ スパ・レスタは、東京初進出となる沖縄県・久米島の海洋深層水(海洋深層水濃縮ミネラル)を導入したスパをはじめ、露天風呂やサウナをはじめ、付帯施設としてタラソテラピーコスメブランド「フィトメール」のトリートメントサロン、レストラン、リラックスラウンジなどが充実した「都心の大人のスパ施設」です

※表記の内容は予告なく変更する場合がございます。予めご了承下さい。表記の金額は全て税込です。

#### 【所在地】

住所：東京都豊島区東池袋4-25-9 タイムズステーション池袋 10階～12階 受付11階

電話：03-5979-8924 URL：<http://www.timesspa-resta.jp/> 営業時間：11:30～翌9:00

【問合せ先】タイムズ スパ・レスタ 担当：近藤 メール：[pr@times24.co.jp](mailto:pr@times24.co.jp)