

【ご準備(道具)】

ボルスター×1、ブロック×2、ベルト×1、タオルorブランケット×2

※必須準備物は、価格に含まれておりません

＜参考＞※テキストで使用しているヨガワークスの道具

■ヨガマット

- 商品名: ヨガマット6mm
- サイズ: 約173cm×61cm×6mm※丸めたときの直径12cm
- 重さ: 約1.3kg

販売サイト: ヨガワークス

<https://www.yogaworks.jp/collections/yogamat>

■ボルスター

※ボルスターに体をあずけられるように「柔らかすぎないボルスター」がおすすめです

- 商品名: ボルスター
- サイズ: 約66cm×27cm×16cm
- 重さ: 約2.0 kg (カバー単体: 約200g) ※別売りでカバーのみ購入できます

販売サイト: ヨガワークス

https://www.yogaworks.jp/products/bolster?pr_prod_strat=e5_desc&pr_rec_id=b24b136da&pr_rec_pid=7244311363682&pr_ref_pid=7316235944034&pr_seq=uniform

■ヨガブロック

- 商品名: ヨガブロックA
- サイズ: 約23cm×15cm×7.6cm
- 重さ: 約300g

販売サイト: ヨガワークス

https://www.yogaworks.jp/products/yogablock_a?variant=41524761657442

■ベルト

- 商品名: ヨガベルト240cm
- サイズ: 約4cm×240cm
- 重さ: 約80g

販売サイト: ヨガワークス

https://www.yogaworks.jp/products/yogabelt?_pos=1&_sid=70d111f9e&_ss=r

■ブランケット(同じくらいの大きさのバスタオルでもOK)

※折りたたんで高さがだせるように、下記サイズ相当の道具をご準備ください。

- 商品名: ヨガブランケット
- サイズ: 約120cm×180cm
- 重さ: 約1.0kg

販売サイト: ヨガワークス

https://www.yogaworks.jp/products/blanket?_pos=1&_sid=11bec9ab8&_ss=r

IHTA正会員(有料)であれば、会員特典として、「ヨガワークス」ヨガマット・プロップス全商品
20%OFF! 送料・手数料無料! (お一人様 1 回限り)



ヨガワークス

<https://www.yogaworks.jp/pages/specialprogram>

ヨガマット・プロップス全商品20%OFF！送料・手数料無料！（お一人様 1 回限り）

ヨガワークスは、ヨガをワーク（機能）させる最小単位としてヨガマットを考え、その販売を原点に2003年にスタートした日本初・東京発のヨガブランドです。素材や機能性、耐久性はもちろん、使いやすさにもこだわった、高品質なマット・プロップスを開発することで、より快適にヨガができる環境を提供しつづけています。

<会員特典・お申込方法>

▼特典と適用方法について

- ①ヨガマット・プロップス全商品20%OFF！
- ②送料・手数料無料！

—
ヨガワークス特別優待クーポンコード ▷▷▷ **IHTAYW**
—

<利用方法は簡単3STEP！>

1. Yogaworksオンラインストアにて、お好きな商品をカートに入れる。
2. ご注文内容確認画面で上記「クーポンコード」を入力。
3. 料金が総額から20%OFFになっていることを確認し、注文確定！

▼詳細・購入は

<https://www.yogaworks.jp/pages/specialprogram>

ご利用上の注意

※クーポン利用はお一人様 1 回限りです。割引商品は対象外となります。