



Little Lotus Yoga Studio

〒136-0071

東京都江東区亀戸 5-15-4 510 ビル 401(4F)

Web サイト: www.littlelotus.jp

お問い合わせ: info@littlelotus.jp

～ オンラインレッスンへの参加～



参加方法

オンラインクラスは予約制になります。事前にメールにてお申し込み下さい。

用意する物

* パソコン、タブレット、スマホなどインターネット接続可能な機器
タブレット、スマホをご利用の場合は事前に Zoom というアプリをダウンロードしておく必要があります。



Zoom については下記のサイトをご参照ください。

<https://zoom.us/jp-jp/meetings.html>

(参加のみの場合は特にユーザー登録をしなくても使えます。パソコンの場合はアプリケーションをダウンロードするか、ブラウザからそのまま参加する事も可能です。)

- * ヨガマット、
- * ブランケット、もしくはバスタオル 2 枚
- * ベルト、もしくはフェイスタオル 1 枚
- * その他にブロック等もお持ちの方は必要に応じてご用意下さい。

～オンラインレッスン参加の流れ～

スタジオ HP のスケジュールより参加したいレッスンの日程を選ぶ

↓

参加希望のメールを info@littlelotus.jp 宛に送る

↓

予約受付のメールをお送りします

↓

レッスン開始数時間前までに Zoom の招待メールをお送りします

↓

レッスン開始の 10～15 分前くらいを目安にレッスン参加の準備をする
(着替え、マットや道具の準備等)

↓

レッスン開始の 5～10 分前くらいを目安にメールにて届いた ID とパスワードを入力して Zoom の画面にログインする

↓

カメラの位置などや音声などの確認をする

↓

レッスン開始

<レッスン>

ヨガ、またはペルヴィックストレッチ

グループレッスン

40分

60分

プライベートレッスン

30分

60分

<お支払い方法>

PayPay

銀行振込

*お申し込みと同時にご希望のお支払い方法をお知らせ下さい。こちらから振込先や送信先の情報を送らせて頂きます。

定員5名(変更になる可能性もあり)

要予約

*前日までにご予約をお願いします。