



# HYROX

TRAIN. COMPETE. TRANSFORM.

1KM RUN + 1 FUNCTIONAL WORKOUT  
REPEAT 8X

## INSPA YOKOHAMA

### 【HYROX SIMULATION CLASS 導入のお知らせ】

6月～毎週日曜日 16:15～18:45

HYROXシミュレーションクラスを開催します！

実際のHYROXレースを想定した1KM（屋外）×8+8種目のWORKOUT  
ダブルス・リレーでの参加も可能なので、初心者の方も安心してご参加いただけます！

#### ■参加費

- ・ 会員様：1,100円（クラス参加料）
- ・ 都度利用者様：5,500円（施設利用料）+1,100円（クラス参加料）

#### ■定員（先着順）

10名

トレーニング後は温泉・サウナ・岩盤浴でリカバリーも可能！

ご予約はWEB予約システムから！

※イベントご参加の皆さまへ

安全に楽しんでいただくため、体調管理や安全面には十分ご注意ください。  
なお、怪我や事故等につきましては自己責任でのご参加となりますので、  
あらかじめご了承ください。