

カラダにやさしい ストレッチヨーガ



週に一度のリラクゼーション
始めてみませんか？

ゆったり無理なく
心と身体の調和を実感してみませんか？
集中力の高まりやストレスが
リセットされますよ

♪年代・性別を問わずに
楽しめます♪

毎週木曜日

10:30~12:00

受講料 : ¥4,320

体験料: ¥1,080

講師 : 隈広たけ子

