

骨 舟 盤 調 整 正 ヨ ガ

~カラダの土台から調整を~

内臓の器、カラダの土台の骨盤を調整することで、骨格のバランス・体調不良・姿勢改善・リフレッシュ効果もあります。



曜 日 金曜日 13:30~14:45

受講料 4,860円(月4回)

講 師 平尾真由美

全米ヨガアライアンスRYT200
IHTA1級ヨガインストラクター



体験レッスン
体験料 540円
随時受付中

お申し込み・お問い合わせ

きたみ春光文化教室

TEL0157-69-8511 COOPさっぽろきたみ春光店2階