

身体スッキリ!

おはようヨーガ



身体のかたまっている所を気持ちよ
〜くゆっくり伸ばし気の流れや血流
をUPし身体をスッキリさせます。

日時 第1・2・3 (水)

9:45~10:30

受講料 3,780円 (月3回)

セラピスW受講円500割引

講師 東堂 渚

体験レッスン 1080円 (1回)

つなぐ
COOP
SAPPORO

ソシア文化教室(ソシア3F)011-572-3616