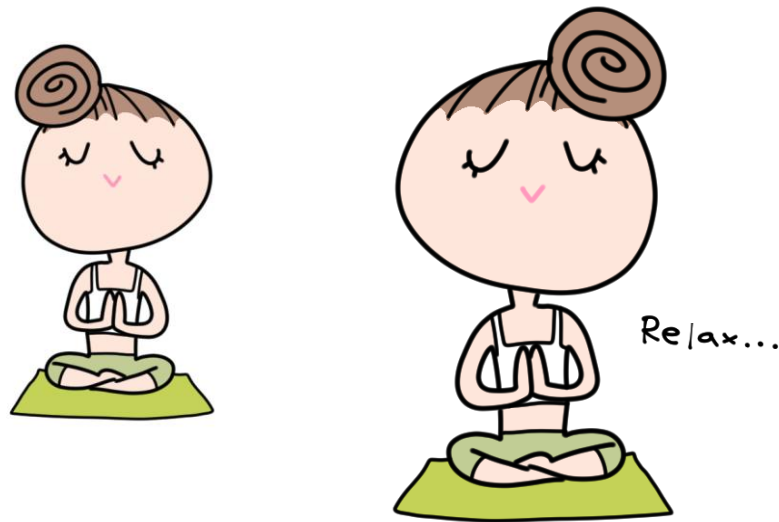


リラックス ヨガ



火曜日

10:30～12:00

受講料 3,800 円

持参品

ヨガマット又はバスタオル

動きやすい服装

講師 和田 希和子
(ナチュラルヨガ講師)

ゆっくり、呼吸して、
ゆっくり、身体を動かして、
カラダとココロをほぐしてい
きます。

自分と向き合う大切な時
間を一緒に楽しみましょ
う。

お問合せ・お申込み

コープさっぽろシーナ店 2F シーナ文化教室

旭川市永山 3 条 15 丁目 ☎47-9270