

fun

フアン

楽

ラク

Yoga

ヨガ

# ~自分の身体が好きになる~

1日の終わりに心と身体をほぐして日頃の  
疲れを癒しませんか？



曜日 第1・2・3(水)  
時間 19:00~20:15  
受講料 3240円/月3回  
1350円/1回コース  
持参品 動きやすい服装  
水分 汗拭きタオル  
講師 寺下 恵理  
全米ヨガアライアンスRYT200

体験レッスン  
随時受付中  
体験料 540円



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 (日曜・祝日除く ※事前にご予約ください)