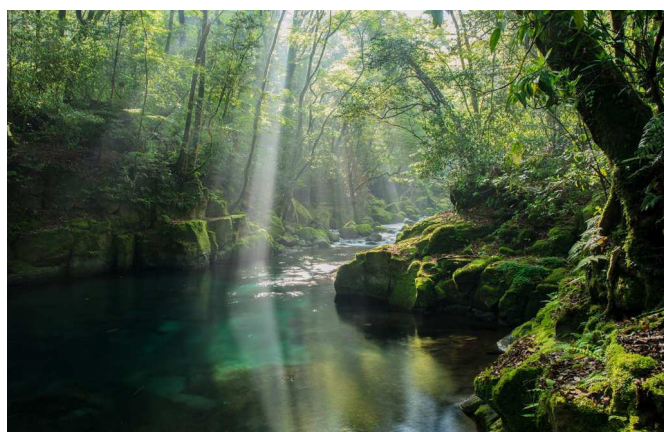


# ～めぐりが良くなる～ 陰陽ヨガ



月曜日(月4回)

10:00～11:00

受講料 4,800 円

持参品：水分・タオル・動きやすい服装

講師 児玉 典子

全米ヨガアライアンスRYT200 認定ヨガティーチャー  
ヴィクターチャン陰ヨガTT 修了

体験レッスン

3月13日・27日

(月) 10:00～11:00

体験料 各 1,200 円

相反する「陰」「陽」二つの「動くヨガ」と「静かなヨガ」  
を組み合わせ、心と身体にバランスを与え、気血のめぐり  
を良くし、老廃物を流し、痛みや疲れを和らげます。

お申込み・お問合せ

コープさっぽろ いしかわ文化教室・コープキッチンスタジオ **0138-84-8440**

函館市石川町 457-1 石川中央ショッピングタウン内 受付時間/10:00～17:00(月～金)・10:00～13:00(土)・日祝休み