

カラダすっきり モーニングヨガ

日々の生活で疲れた体、歪んだ身体を
リセットしませんか！日々の慌しさを忘れて
ヨガを通しリフレッシュしましょう。
初心者でも大丈夫ですよ！

※託児はありませんがお子様連れでもOKです。



第2・4金曜日

10:00～11:15

受講料： ¥2,160

講師： 小野寺 美乃

ヨガインストラクター



10・11・12月の
3ヶ月コースです

