

# 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

