

～ 未病を防ぎ真の健康へ～ 経路ヨガ



※イメージ

体験日

3月14日(水)

14:30

体験料 540円

第2・4(水)

14:30～15:30

受講料 3,780円/月2回

持参品 動きやすい服装

定員
12名



講師 森本 香織

インド中央政府認定ヨガ療法士
経路ヨガインストラクター
中医学ヨガインストラクター

季節や体質によって滞る気の通り道をヨガのポーズと呼吸によって流し、1年を通して心身を健康に保ちます。

お申込み・お問合せ

コープさっぽろ 中央文化教室

011-222-4639

札幌市中央区北1条東1丁目 カレスサッポロビル3F 受付時間/10:00～17:00(月～金)・10:00～16:00(土)・日祝休み