

# やさしいヨガ

ヨガを始めてみませんか？  
ヨガを生活にとりいれてイキイキ元気！  
初心者OK！体が硬くても大丈夫！  
楽しみながら一緒に学びましょう。



第2・3・4月曜日  
13:00~14:30



受講料  
講師

3,240円

かわもと ゆか

インド中央政府公認ヨーガ講師