

お仕事帰りに♪

夜のヨガ教室



ヨガが初めての方・身体が硬い方でも安心してご参加いただけます。

呼吸を深めながら、**ご自分の身体と向き合う時間**にしていきましょう♪

【講師】坂部 由希子 先生

【日時】 5/13~7/22 毎週月曜日
19:10~20:40 (全8回)

※5/20(月), 6/17(月), 7/15(月)を除く

【対象】 18歳以上

【定員】 30名

【料金】 4,800円

【募集期間】 先着順にて受付中!