

Yoga

～リラックスヨガ～

日 時…第1・第3 金曜日 10:00~11:00

場 所…農村環境改善センター大会議室(場所変更あり)

定 員…15名

持ち物…ヨガマット,飲み物,タオル

ヨガマット無料レンタル可(数に限りあり)

受講料…10回/¥8,000 チケット1年有効

5回/¥4,000 チケット半年有効

1回/¥1,000

初回体験無料 お気軽にお問い合わせください

Join Now

Instructor

田邊 江里子

身体が硬い、運動は苦手…とお悩みの方でも大丈夫！
バランス良く身体を動かしながら、丁寧にポーズをとっていきます。
心と身体に優しいリラックスヨガです。
初心者の方もお待ちしております。

