

古典ヨガ教室



毎月3回 土曜日 10:30～12:00
芦屋市総合公園にて実施中

腰、膝、股関節、首の痛みや肩こり、花粉症やアレルギー、めまいや頭痛、体が固い、姿勢が悪い、不眠や内臓の問題などなど、不調がある時こそ、そんな方にこそ対応できる古典ヨガをお伝えしています。
ヨガの経験、年齢、性別問わず、どなたでもご参加いただいております。お気軽に見学、ご体験にいらしてください。

緑豊かな空間で心と身体のメンテナンス♪

参加費【回数／料金】9回／10,800円(税込)

1回受講：一般／1,500円(税込) 小学生／800円(税込)

- 講師 天生 由記子 ヨガ指導歴：11年
- 持ち物 お水・タオル・お持ちの方はヨガマット

芦屋市
総合公園内
駐車場
無料！

お申込・お問合せ
TEL 0797-38-2103

〒659-0034 芦屋市陽光町1-1

受付時間：9:00～17:00

芦屋市総合公園 管理事務所

指定管理者：
ミズノ・芦屋市体育協会・理研グリーン共同体

