

すこやか de ヨガ

初心者の方・リラックスしたい方大歓迎！

I部
「めぐりヨガ」
～朝の身体を目覚めさせる～

II部
「肩こり腰痛スッキリヨガ」
～美姿勢に導く～

■日時:2021年5月2・16・30日(日)

I部 9:00～10:00

II部 10:30～11:30

(●受付:レッスン開始15分前～)

■場所:すこやか整骨院

■料金(60分): 初回1,100円 2回目以降2,200円 ※税込

■持ち物: 動きやすい服装

汗拭きタオル

お飲み物

ヨガマット(貸出有り)

■電話申込:TEL 047-481-1517 (院受付時間内)

■定員数:4名(2名以上で開催)

【※ご予約いただく際に、別紙にて注意事項(コロナ感染予防対策等)をご確認ください。】

★Yasuko★

JYIA認定ヨガインストラクター

柔道整復師(国家資格)



@nikonikosukoyaka