

ヨガ



ポーズというよりも、今の自分と出会い
身体も心も循環させていくヨガです。

◆日時：第2水曜日 10:30～11:30

◆場所：ちゃっと亭 ◆参加費：無料

※保育なし、お子さんの参加不可※

講師紹介



笑顔の花を咲かせる
フリーヨガインストラクター
《講師：山下 亜一美》

予約・問い合わせ 星の子

TEL：045-489-8959