

ヨガ
.....
ヨーガ
サークル
Jyoti

曜 日：土曜日（第1・3・5）

時 間：15:00 ~ 16:15

会 費：2,500円 / 2回 または
4,500円 / 4回



講 師

インド中央政府公認ヨーガインストラクター
日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士

浜崎 みどり

講師コメント

身体と呼吸を意識しながら、ゆっくり動いていきます。
ヨーガ初心者、身体の硬い方も大歓迎です。
お気軽に体験に来てください。



連絡先
浜崎 みどり



TEL :
FAX :
携帯：090-6432-0898
Email :

生徒さんコメント

お陰様で運動することは心身のために良いことがわかりました。
とても癒されます。



生徒さんコメント

心身ともにスッキリ気分になれるヨーガです。

