

あ〜い〜ヨガ ¥700

☆椅子ヨガ☆

日曜日 16時半〜

70分のレッスン

お気軽にどうぞ♪

男性も女性も
どなたでも大歓迎!

あ〜い〜気持ち〜♪

からだの中から
ぽかぽか★

体がかたくても
初心者の方でも
大丈夫★

《用意するもの》

- ☆動きやすい服装
- ☆水分補給用の飲み物
- ☆フェイスタオル

2月の日程

2日・16日・23日
日曜日・16時半〜

場所: サロンオリーブリーフ

西東京市柳沢 1-10-3

問い合わせ

- ・042-410-1069 (オリーブリーフ)
- ・09065346726 (ヨガ講師 HISAKO)

当日、直接お越し下さい♪お待ちしております★

*駐車場はございません。徒歩または自転車をお願いします。

