

★パワーヨガ★

♣ 太陽礼拝（ヨガの決まったポーズの流れ）を繰り返して行い、体内の巡りが良くなると気分も晴れやかになります。

♣ 初めての方も、お気軽にご参加下さいませ。

教室のご案内

日時 6月17日(日) 13:45~14:10

場所 クアハウスかけゆ 2F

料金 ■お風呂・プールをご利用になる

お客様は受講料無料です。

■教室のみご参加されるお客様は入館料

100円と受講料300円が必要です。

※ヨガマットは当館で無料貸出し致しますが数に限りがございます。

受講される際は、ご予約をおすすめ致します。

申込み方法 クアハウスかけゆへ電話または来館

☎0268-44-2131

担当 田玉(全米ヨガアライアンス認定インストラクター)