



パワーヨガ

この教室では、呼吸とともに連続したポーズをとります。

初めてのの方も、お気軽にご利用下さい。



日時 12月 8日(土) 13:45~14:10

23日(日) 10:15~10:40



30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があります。
事前にマットのご予約をおすすめ致します。

クアハウスかけゆ ☎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)