

やさしいヨガ

やさしいヨガの教室では、1つのポーズをしばらく保ち、こころと体の感覚を研ぎ澄まします。ヨガの入門クラスです。お気軽にどうぞ。

日時 8月4日(土)・25日(土)

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。

クアハウスかけゆ 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)

