



YOGA SCHOOL



姿勢改善・筋力UP・冷え性改善・肩凝りや腰痛の改善・代謝力UPなど、様々な効果があるYOGAをしてみませんか？

月曜日 14:00 ~ 15:00

☆火曜日 19:15 ~ 20:15

金曜日 19:15 ~ 20:15

第1/第3土曜日 14:30 ~ 15:30

☆火曜日は柔軟ストレッチのみのレッスンです

【クアハウス会員】 1レッスン 800円

【ビジター】 1レッスン1,000円

スクールのお申込み、お問い合わせはクアハウス受付まで!!

昨日より、少しだけ元気な自分に

出会えるかも☆☆☆

担当：上村 香織

