

心とカラダをリラックス

心身ともに癒しの時間を・・・

初めての方、運動が苦手な方も大歓迎！

YOGA

10月スタート！期間限定12月末まで

初回体験**無料**キャンペーン

(初回 無料・2回目 500円)



曜 日:毎週 金曜日(6のつく日以外)

時 間:11:00~12:00

場 所:ジムナシオン 1F スタジオ

持ち物:動ける服装・タオル・飲み物

ヨガマット(なくてもOK)

料 金:初回無料・2回目500円 以降1000円

肩こりや、姿勢、体のゆがみによる不調・からだの硬さが気になる方、初めての方も、大歓迎！

凝り固まった、心とからだをリラックスさせましょう

インストラクター: Megumi

全米ヨガアライアンス200時間

肩甲骨ヨガ・骨盤調整・ヨガ棒・Rody ヨガ

◎ お問い合わせ

ジムナシオン成田

TEL 0476-35-7111

成田市本三里塚1001-512

ホームページ⇒

