

お子様連れ歓迎！！
(ベビーから未就学児まで)



リフレッシュヨガ教室



ヨガで心と体をリフレッシュしましょう！
お気軽にご参加ください！

ヨガマット無料！

☆開催スケジュール☆

【3月】 4日(日)、14日(水)、30日(金)

【4月】 6日(金)、16日(月)、25日(水)

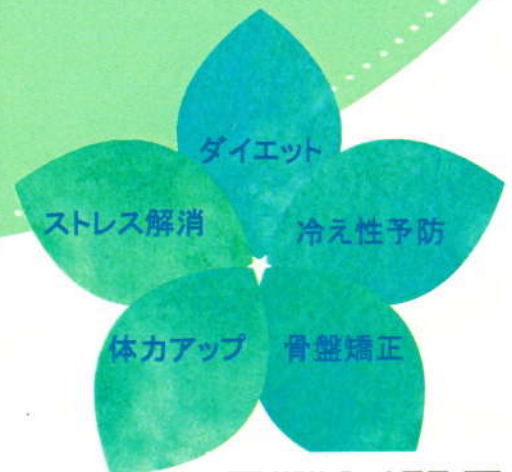
各回10:30~11:30

初心者様
歓迎！

持ち物

動きやすい服装・水分補給できるもの(水・お茶などのジュース類以外のもの)
お子様連れの方はお子様のお気に入りのおもちゃ
※ヨガマット貸出無料です。ご自身のマットを使用されたい方はご持参下さい。

会場: 港北公会堂 2階和室
費用: 1回1,000円 各回60分



ご予約・お問い合わせはこちらまで

リフレッシュヨガ教室 ヨガインストラクター リサ宛
ue053122@icloud.com

氏名・電話番号・レッスン希望日・
お子様連れの方は年齢と人数をご連絡ください。

ブログから予約出来ます！

ブログQRコードは

<http://ameblo.jp/ritsy0805777/>

マタニティの方、おひとりでのご参加も大歓迎です！

