

心と体に優しいヨーガ教室

忙しい日常を忘れて、心を休める時間を
持つことも大切です。癒しのヨーガです。

講師：学会認定ヨーガ療法士

鈴木美智枝

8/7・21・28(木曜日3回シリーズ)

受講料：2,100円(3回分) 定員：15名

