

LOVE. LIVE. YOGA



9月 LESSON



リラックス ハタヨガ

10:00~11:00 受講料 ¥1,000/回

土曜日

4. 11. 18. 25

これから始めたい！初心者の方にオススメ★
じっくりココロとカラダのメンテナンスが
できます♡



ヴィンヤサヨガ

19:30~20:45 受講料 ¥1,500/回

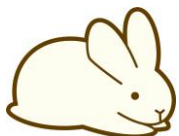
水曜日 1. 8

金曜日 3. 10. 17. 24

ちょっとレベルアップをしてみたい方にオススメ★
程よく汗をかけるので、足腰強化にもつながります！

- 🌀 場所 スポビレ 3階「音楽・娯楽室」
- 🌀 持ち物 ヨガマット・水分補給の飲み物・汗拭きタオル
- 🌀 お申込・お問合せ ☎ kahmi.394@gmail.com

ヨガマット無料貸出 お持ちでない方は、事前にお申し付けください



あざいカルチャー&スポーツビレッジ
長浜市野瀬町730

こちらでもOK ☎ 0749-76-0014 (スポビレ)

