

LOVE. LIVE. YOGA



講師
かずみ先生

2月レッスンのお知らせ

リラックスハタヨガ

10:00~11:00 **全土曜日**

受講料 ¥1,000/回 5日・12日・19日・26日

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 **全金曜日**

受講料 ¥1,500/回 4日・11日祝・18日・25日

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)

