

YOGAで健康

～ 体が変われば人生が変わる ～

ヨガで日ごろの疲れを癒し
心と体の健康を作りましょう

日時 毎週木曜日

時間 20:00～21:00

場所 甲西農村環境改善センター
(南アルプス市鮎沢1234-1)

費用 体験無料

持ち物 飲み物 ハンドタオル
ヨガマット

動きやすい服装で来てください



ヨガインストラクター
全米ヨガアライアンスRYT200

初心者の方大歓迎

お問い合わせ

Tel 090-7004-9831

Mail yoga.de.kenkou.885@gmail.com

