



10月開講の新教室のお知らせ



骨盤調整ヨガ



毎週木曜 10時～11時

骨盤周りの筋肉をほぐし、骨盤の歪みを整え、
さまざまな体調不良の改善を目指しましょう。



新クラスなので、全員初めまして！

ヨガが初めての方もゆったり始めていただけます。

この秋から 身体を動かしてみませんか！？