



第3木曜は アロマの日

プラス¥500で

Yoga feeling

講座No. 4

feeling yoga ～いやしのヨガ～

ゆっくりと ゆったりと、あなたの気の流れを整えます。

心と体をリフレッシュしましょう。

毎月第3木曜日には、こちよい香りに包まれてアロマヨガ。

免疫力や抗菌力が高まって風邪の予防ができたり、

美肌、ダイエット効果が期待できたりします。

いやしのヨガ

毎週金曜日19:00～20:00 定員6名受講料1,000円/回

アロマヨガ

第3木曜日 19:00～20:00 定員6名受講料1,500円

※2名以上での開講となります。前日までに電話でご予約下さい。

講師：feeling yoga green 千尋(ちづる)さん

●1978生まれ 明石出身 ヨガ歴5年 ヨガインストラクター養成コース終了 3児の母



JR 尼崎より南へ400m 駐車場 20 台あり

●お問合せ、お申込は… 尼崎市立小田地区会館 尼崎市長洲本通1丁目15-38 ☎06-6488-2574