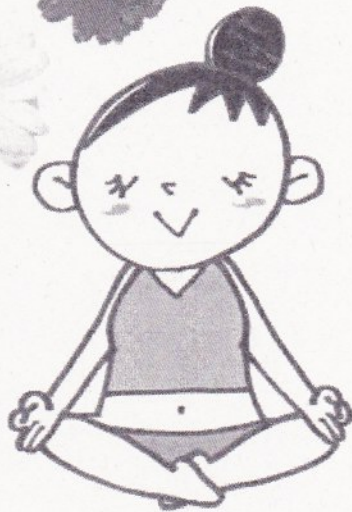


ゆったりヨガ教室 MIU



運動はしたいけど、
身体がかたい
体力に自信がない
という方でも
ゆっくり動いていきます♪

火曜 (月3回)

シニアヨガ 9時半～
マタニティヨガ・産後ヨガ
10時半～

初回体験500円

お気軽にご連絡ください！

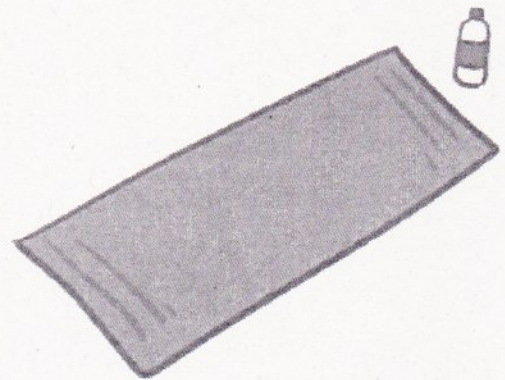
TEL 080-3927-5933
umi369saku@icloud.com



専用ホームページ
QRコード

場所：園田地区会館・大広間
(東園田町4-12-4)

講師：細谷うみ
看護師・ヨガインストラクター
(RYT200取得)



マット貸出無料！
持ち物は
動きやすい服装と
お水だけ