



能登半島地震復興支援

やさしいリラックスヨガ

8月28日(金) 11:00~12:00

LAKUNAはくい 4F LAKUNAホール 2・3

ヨガマット/タオル/飲み物/動きやすい服装

30名 (電話・事務所受付もしくは右のQRコードにて予約)

無料 ※北陸3県にお住まいの方限定



ご予約はコチラ

ヨガインストラクター

中西智美 先生

セラピューティックヨガ・シルバーヨガなどの資格保有

北海道帯広市を拠点に活動されております人気と実力を兼ねそろえた
カリスマインストラクターで卓越したトークも魅力的です。
シンプルなポーズを基本としているリラックスヨガなので、
初めての方でも安心して参加できます。



LAKUNA
はくい

主催：LAKUNAはくい運営 株式会社オカモト

電話での受付も可能です！

0767-23-4840