

お気軽にヨーガ呼吸法・リラックスヨーガを!!

スタジオ OHANA ではベテランの加藤先生と赤根先生のヨーガ教室を毎週開講しています。

加藤先生のヨーガ呼吸法	月曜日	14:30~16:00
		19:00~20:30
赤根先生のリラックスヨーガ	木曜日	18:40~20:10
	金曜日	15:00~20:10

でも毎週は・・・とご都合の悪い方には6回(16,800円)10回(28,000円)の回数券をご用意しておりますのでご都合の良い時にご利用下さい。

又、何となくストレスが...と感じたらどうぞ、お気軽に単発(3,000円)でもご利用頂けます。

(お手数でも単発の場合は前日及び当日の午前中までに御連絡下さい。)
毎日あわただしく過ごされている日々、ヨーガで少しでも心と体のバランスを整えてリラックスした毎日をお送り下さい。

スタジオ OHANA TEL 03-3265-0871

