



芝生の上で
ヨガ しましょ♪

あおぞらヨガ

外ヨガの魅力は、なんと言っても自然を肌で感じられること!

目で見る景色… 耳から聞こえる風や鳥の声…

草の香りを運んでくれる優しい風や陽の光…

エネルギーを体全体で浴び、心地の良い陽気は呼吸も楽にしてくれます。



7月30日(土) 10:00~10:45

受講料 500円 定員14名(先着順) 電話予約可

7/12(火) 9:00~予約受付開始

雨天時は
集会室で
行います