

体験 ナイトヨガ教室

一日の終わりに、
深い呼吸と
ゆったりとした動きで
心と身体を整えませんか？
忙しい毎日を過ごすあなたへ、
ストレスから解放される
夜のひとときを。
初心者の方も安心して
ご参加いただけます

開 講 日：7月2日(水)

開 講 時 間：19:00～20:30

受 講 料：1200円

対 象：どなたでも

持 ち 物：ヨガマット(大きめのバスタオルでも可)・
タオル・飲み物

※動きやすい服装でお越しください(更衣室はございません)

講 師：プレマサットサンガ所属講師

場 所：大阪市立住之江会館

定 員：10名(先着順)

募 集 期 間：6月1日(日)9:00～6月28日(土)21:00

大阪市立住之江会館

大阪市住之江区南加賀屋3-1-20 2F

電話 06-6683-2882 FAX 06-6683-3606

お申込は、電話・FAX・窓口・右のQRよりお願い致します

