



5/11

Thu

からだすっきり



ヨガ教室

場所 みやづ屋 2F

時間 20:00 ~ 21:00 (受付 19:45 ~)

料金 会員…300円 非会員…700円

定員 20名 (先着順)

講師 水口 礼子 氏

(山本ヨガ研究所講師
日本総合ヨガ普及協会指導師
アーユルヴェーダセルフケアアドバイザー)

参加者
募集中

必要な持ち物は？

5本指ソックス・飲み物
ヨガマット



熱中症にならないように、
こまめに飲み物をのんでね！



※レンタルヨガマットあります。
※5本指ソックスではない場合は裸足でもOKです

からだすっきりヨガ教室 参加申込用紙

ふりがな 氏名	住所 〒	ヨガマット 持参する ・ レンタルする
会員 (No.) ・ 非会員	TEL ()	

お問い合わせはrainbow事務局まで **0772-22-2607**