

2月

ヨガレッスン★ご案内★

週末・祝日



場所：大野田コミュニティ・センター

各回
1,500yen
ハーブティー付

【自律神経を整えるヨガ】レッスン 🧘♂



身体をじっくりと温めながら
気持ち前向きになれるポーズで
自分を労わりましょう！

2 / 1 1 (水) 祝
10:00 ~ 11:15

定員6名

【手話ヨガ】レッスン 🙌🧘



手話やジェスチャー、音声等を使ってヨガをします！
耳が聞こえない方も聞こえる方も
どちらの方もご参加できます。

2 / 2 2 (日)
10:00 ~ 11:00

定員6名

【予約制】

Instagramのリンク🔗、DMかメール、QRコードよりご予約ください

24h

ご予約OK

Instagram: minmasu.43

✉️ mail: masuminmin.4.3@gmail.com

