

Yamanobe YOGA and Brunch

インストラクターのヒコさんは大阪で
やさんを営んでいます



10/7 (水) 9:00 ~ ヨガ9時~
ブランチ10時~

お一人様 4,000円(税込)ブランチ付き

ヨガを始める前のヨガ。アーサナを行う前に、身体の骨格、筋肉のしくみや呼吸法、身体の動かし方をわかりやすく説明しながらアーサナを進めていきます。初心者の方も大歓迎! インストラクターhiko。RYT200ヨガインストラクター IHTA シニアヨガ、アドバンス インストラクター。

ご予約はお電話で承ります

天理市トレイルセンター0743-67-3810

担当: 杉本 歌