

★海の日プレミアムプログラム★

パワーヨガ

ベーシック

日時：2023年7月17日(月)(祝)

12:30～14:00

場所：Bスタジオ (定員15名)

参加費：1,650円 (税込)

担当：入江ゆか

基本的なポーズを中心に、解説を行ないながらゆっくりと進めていきます。
快適なアライメントは、快適な呼吸を導き、柔軟性を高め、
あなたのヨガの可能性を広げることに繋がります。
ヨガを始めたばかりの方、もっと快適にポーズをとりたい方、
ヨガが好きな方にオススメです！

<西宮会員>

申込受付：2023年6月26日(月)10:00～

電話予約：2023年6月26日(月)13:00～

<一般・他店舗会員>

申込受付：2023年6月27日(火)10:00～

電話予約：2023年6月27日(火)13:00～

※一般・他店舗会員様は別途施設利用料
を頂戴いたします。

