

国際ヨガデー 特別レッスン

平素より当施設をご利用くださいます、誠にありがとうございます。

国際ヨガデー前日・当日、特別レッスンをご用意いたしました。

この機会に是非ご参加ください。



世界がヨガを楽しむ日！
国際ヨガデー 6月21日
ヨガ系プログラムに参加して
一緒に楽しもう★

6月20日(金)
特別レッスン

★VAAMウォーター割引チケット付き

◆ 13:00～13:45
オープンクラス
太陽礼拝チャレンジ
講師：福田
参加費：無料
(別途、施設利用料)

※ 上記時間内であれば、途中入場・途中退場
OKです。チャレンジできる回数を行ってください。

◆ 14:45～15:30
ボディバランステック
講師：柊内
参加費：無料
(別途、施設利用料)

※ 基本テクニックのみ行います。

6月21日(土)

60分拡大 特別レッスン

◆ 11:15～12:15
ボディバランス
講師：小坂

参加費：スタジオ参加料310円
(別途、施設利用料)

◆ 20:00～21:00
ヨガベーシック
講師：小坂

参加費：スタジオ参加費310円
(別途、施設利用料)

場 所： はびねす スタジオ
定 員： 30名(先着順)
持ち物： 飲み物・タオルなど