

心と体を癒してあげよう♡

# アロマリラックスヨガ

呼吸を感じながらゆっくりと動いていく、  
自分のためのヨガクラスです。  
アロマの香り、室内から見えるイルミネーション。  
癒しの空間で、心あたたまる時間を過ごしましょう。  
ヨガが初めての方もお気軽にご参加ください。

LaxmiYoga 神山寛子



**日時 12月22日(日) 18:30~19:30**

**場所** メディアコスモス1階 おどるスタジオ  
(駐車場有、2時間無料 それ以降30分毎に100円)  
**参加費** 1000円  
(ペア割引♡お二人以上で参加される場合、お一人様700円)  
**持ち物** ヨガマット(レンタル有、要予約100円)、タオル、飲み物  
動きやすい服装でお越し下さい



ご予約・お問い合わせ

090-7861-0737 (菅野)

kinokono3yoga@gmail.com