



Have a great day

心と身体を 整えるヨガ

心穏やかなひとときを

8月22日（土） 11:00～12:00

ヨガインストラクターrisa・mikiのコラボイベントです。

緑に癒されながらゆったりとした時間を過ごしませんか？

初心者から経験者まで楽しめるリラックスヨガのクラスです。

柔軟性や運動に自信がない方も安心してご参加いただけます。



講師 risa

イベントの主催やお客様に合わせたパーソナルヨガなど名古屋で活躍中のヨガインストラクターです。



講師 miki

解剖学など体の仕組みとヨガをお伝えしている岐阜で活動中のヨガインストラクターです

場所

メディアコスモス
おどるスタジオ

料金

2,000円（税込）／1回

持ち物

動きやすい服装
飲み物



お問い合わせはインスタ
グラムのDMにてお願い
いたします。



risa Instagram



miki Instagram