

RAIN YOGA

美姿勢 / ダイエット効果 / ストレス解消

朝ヨガベーシック

🕒 10:30-11:30 (木) 月謝プラン有り

運動量 ★★★★★

ヨガ未経験の方も安心の入門ハタヨガクラスです。太陽礼拝(連続した12のポーズ)を取り入れ、1日の活力を生み出して行きます。運動不足解消、免疫力UP、思考をスッキリさせたい方にオススメです。

8月06 おどるスタジオ

8月20 つながるスタジオ

8月27 おどるスタジオ

9月10 おどるスタジオ

9月17 かんがえるスタジオ

9月24 つながるスタジオ

10月01 おどるスタジオ

10月08 つながるスタジオ

10月15 つながるスタジオ

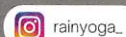
10月22 おどるスタジオ

10月29 おどるスタジオ

お問い合わせはお気軽に♪



講師: asami



大阪の老舗ホットヨガスタジオにて9年の指導歴。故郷岐阜市にてRAIN YOGA設立。ダンススクールオーナーも務める踊るヨガインストラクター。

料金

1回券	¥1,500	
月謝	¥4,000	※木曜朝ヨガベーシックのみ ※月謝は定員があります。空き状況についてはお問い合わせ下さい。

持ち物

- ・ヨガマット
- ・動きやすい服装
- ・水分補給出来るもの
- ・冷えやすい方はブランケットや羽織物

簡単WEB予約

希望のクラスをカレンダーから選択するだけで簡単にご予約が取れます



<https://yoga.dy-school-rain.com/>

さらに...

LINEから初回¥500off
クーポン配布中!!

受講の際クーポンご提示ください♪



rainyoga5@gmail.com

※お電話口は設けておりません。