

～身体と心を健康に！毎日を元気に過ごすために～

ヨガ

定員：各回 8名

先着5名様まで事前予約可能

会員様のお友達也大歓迎!!

担当：中島



2025年11月のレッスンプログラム

12日(水) 14:00～ 猫背矯正ヨガ

15日(土) 11:00～ からだスッキリヨガ

22日(土) 11:00～ 骨盤調整ヨガ

26日(水) 11:00～ からだスッキリヨガ

29日(土) 11:00～ 猫背矯正ヨガ

30日(日) 11:00～ 骨盤調整ヨガ

フィットネススクール



佐賀大和店