

よがのわ

# 10月

Virtual:

☆ ヨーガ禅 ☆  
1, 8, 15, 22(金)  
20:00-21:30

☆ 朝ヨーガ ☆  
平日 5:30-6:00

☆ 慈しむヨーガ ☆  
17(日) 9:00-10:00

共通 3500 円  
1回 1100 円

Rainbow Kids Yoga を体験してみよう！  
仮装で楽しむ

～ 大人のためのキッズヨガ ～

日々のいろいろは一旦、置いて  
子どもに返り、身体を楽しむ！

26(火) 19:30-21:00  
蒲野センター 2000 円

\*ドレスコード 仮装(フル or ワンポイント)  
当日、貸し出し可能！

対面:

☆ うららかヨーガ ☆  
7, 14, 21, 28(木)  
10:00-12:00  
久賀公民館 寄付制

☆ お寺ヨーガ ☆  
28(木) 19:30-21:00  
荘厳寺(日前) 1100 円

☆ ヨガプリベ ☆  
パーソナルヨガクラス  
詳細、お問い合わせください。