

2週間に1回のクラスですから、気軽に始められます！



女性限定

ヨガスクール



H24年1月6日（金）スタート！ 11期生募集（レッスン期間1月～3月）



天然の木を使用したスタジオで
天然アロマを香ることにより
呼吸を深くし
心も身体もよりリラックスして頂けるスクール。
初めての方でも安心して
ゆっくり無理なく全身を伸ばせます。



- 曜日 / Aクラス 毎月第1・第3金曜日（月2回）
Bクラス 毎月第2・第4金曜日（月2回）
- 1月の日程 / Aクラス 6日・20日
Bクラス 13日・27日
- 時間 / 10:30～11:30
- 定員 / 15名 *最小催行人数5名
- 料金 / 月 3,150円（税込）・登録料2,100円（税込）
*受講をご継続の場合、登録料は再度必要ありません。
お申込時にフロントにてお支払い下さい。
- *入会金・月会費は必要ありません。
- *ロッカー・シャワー室はご利用頂けません。
- *定員になった場合は、キャンセル待ちとなります。

ヨガが初めての方に
オススメです！



インストラクター／中野 夕紀

15年間のヨガ生活を通し、静と動、陰と陽のバランス、心と体、左と右の体のバランスを中心に、瞑想から呼吸まで血液の流れを感じ、日々変化する体と心を見つめる時間にしていきたいと思っております。

◎ジャパンヨガカレッジ ヨガ指導取得 ◎現在 IYC(ケン ハクマ)にてアシュタンガ ハタヨガ 瞑想を実践

フィットネスクラブ ピノス けいはんな（アピタタウン内）

TEL：0774-95-6000

ホームページは・・・

京都府精華町精華台9-2-4
営業時間：平日10:00～22:30
：土曜10:00～22:00
：日祝10:00～19:00
定休日：木曜日