

令和8年度イベント 「ヨガフェス」 5月6日(水・振休) 10:00~11:40開催

山田講師(水曜 リラックスヨガ担当講師)



10:00~10:45

山田講師の心地よい声がヨガの世界へ誘ってくれます。



気持ちの良い風にのせて
大空へ向けて体を大きく開放。
全身スッキリ! 活カアップ!

山崎講師(土曜 コンディショニングヨガ担当) 10:55~11:40



山崎講師の穏やかな声の響きが、優しく体に浸透していきます。



太陽の光に向かって体を広げ、五感を開放! 自然が発する香りや音を感じ、自己を解放!

参加された皆さまおつかれさまでした(^_^) 次回もぜひご参加下さい!