



☆第4回☆
心も体もリラックス
にこにこ親子ヨガ

- 日時 : 9/11 (水)
10:30~11:30
- 場所 : たじまっこ倶楽部
- 人数 : 6組 (事前予約制)
- 参加費 : 無料
- 持ち物 : バスタオル・フェイスタオル
飲み物・動きやすい服装
ヨガマット (自分の物を使いたい方)

なんだかスッキリしないなあ…

そんな時にはひろばでのんびりとヨガの時間はいかがですか？
通いなれたひろばでなら親子でリラックスしてもらえるかも！と思い
Yoga Salon Merci 竹内 裕里子先生をお呼びしてヨガレッスンを始めました♪

優しい内容なのではじめての方でも、
お子さんが小さくても安心してご参加できます♪

事前予約はキャンセル待ちも受け付けています。ぜひご参加ください！

※キャンセル待ちでのご予約の方は、前日15:30までにご連絡を差し上げます。

当日10:00までの連絡でも大丈夫な方はスタッフにお伝えください。