YOGA SCHOOL

-緒にヨガしませんか?

[5 月開催日程]

7日(土)15:00~16:00

12日(木)10:00~11:00

21日(土)15:00~16:00

26日(木)10:00~11:00

【開催YOGA】

骨盤調整

肩こり解消

パワーヨガ

シェイプアップ

【対象者】

どなたでも歓迎です!

運動不足を解消したい方や、リフレッシュしたい方、 肩こりや姿勢を改善したい方にオススメです。

【内容】

ウォーミングアップ・ヨガポーズ6~10種【担当】門舛もも子

■料金 PEP会員: 2,000円 非会員: 2,500円

■持ち物 ヨガマット、飲み物

※ヨガマットをお持ちでない方はPEP Osakaのマットをご使用いただけます。

【ご予約・お問い合わせ】

PEP Osakaの受付にてご予約頂くか、お電話メールにてお申し込み下さい。 **本**072-423-8460 mail:peposaka@gmail.com

