

真夏の夜のヨガ

心と身体をリセットしよう



8回集中 ナイトヨガ Yoga






♪ 講師 ♪ 若松 由貴子(わかまつ ゆきこ)
♪ 主な資格 ♪ 全米ヨガアライアンス200(インドにて取得)
アディダスヨガトレーナー
IYG 認定アスリートヨガインストラクター

様々なスタイルのヨガを学び、丁寧かつわかりやすい指導で定評がある。
メディアへの出演も多く、現在は指導者の育成にも力を入れている。



令和元年 6月13日~8月1日 毎週木曜日 (全8回) 19:20~20:30

 場 所 浦安市総合体育館 多目的室
 対 象 16歳以上の方 30名
(市内在住・在勤・在学の方が優先)
* 応募多数の場合は抽選になります
 参加費 6,400円 (全8回分)

 申込方法
5月15日(水)~5月25日(土) 必着
プログラム名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記の上
Eメールにてお申込みください。
アドレス urayasutaiso@jcom.zaq.ne.jp
〒279-0031 浦安市舞浜2番地27 浦安市総合体育館宛
TEL 047-355-1110

