

真夏の夜のヨガ

心と身体をリセットしよう






♪ 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。

# 8回集中 ナイトヨガ Yoga



6月21日～8月9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)

 申込方法  
6月8日(金) 必着まで  
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](mailto: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

