

アシュタンガヨガ・ハタヨガ&瞑想

・呼吸&瞑想 特別クラス

4月27日(日)~5月6日(月)



毎日ヨガ体験！ 今年は ゴールデンウィーク特別クラス開催！

早朝フルプライマリークラス、呼吸と瞑想クラスなど。

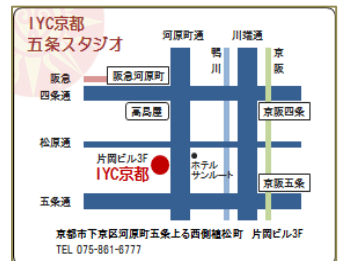
今まで受けてみたかったけれどチャンスがなかったクラスなど、どなたでもご参加下さい。

4/27 (土)	4/28 (日)	4/29 (月)	4/30 (火)	5/1 (水)
9:00~10:30 ハーフプライマリー Yoko.A	7:30~9:00 フルプライマリー Yukiko	7:30~9:00 フルプライマリー Yukiko	7:00~9:00 マイソール Yukiko	7:00~9:00 マイソール Yoko.A
11:00~12:30 ハタヨガ&瞑想 Yoko.A	11:00~12:30 ハタヨガ&瞑想 Yoko.A	10:30~12:00 女性,男性のためのヨガ Yoko.A	10:30~12:00 ハタヨガ&瞑想 Yoko.A	
	13:00~14:30 (無料) ビーガン持ち寄りパーティ			* 13:00~14:30 ラヴィスタ二条ハタヨガ
5/2 (木)	5/3 (金)	5/4 (土)	5/5 (日)	5/6 (月)
7:00~9:00 マイソール Yukiko	7:30~9:00 フルプライマリー Yoko.A		7:30~9:00 フルプライマリー Yoko.A	7:00~9:00 マイソール Yoko.A
10:30~12:00 ハタヨガ&瞑想 Yukiko	10:30~12:00 ハタヨガ&瞑想 Yukiko		9:30~10:50 呼吸&瞑想,カンファレンス Yoko.A	
			11:00~12:30 ハタヨガ&瞑想 Yoko.A	

- ◆ヨガが初めての方も、練習している方もどなたでもどうぞ。
- ◆期間中は、予約なしで参加できます。
- ◆動きやすい服装、タオル、飲む水を持って、参加したいクラスの開始10分前にスタジオへお越し下さい。

◆開催地： 京都ヨガ・IYC京都 五条スタジオ

(*注：5/1(水)13:00~14:30ラヴィスタ二条スタジオ開催)



- ◆参加費： ゴールデンウィークスペシャルチケット 又は京都ヨガ・IYC京都 月謝・チケット (初めて：2,100円)
- ◆お問合せ：下記、京都ヨガまでご連絡下さい。

京都ヨガ・IYC京都

TEL：075-351-3311

e-mail：kyotoiyc@yahoo.co.jp

住所：京都市下京区河原町松原下がる植松町725-3 片岡ビル3F

(阪急河原町駅より徒歩約15分、京阪五条駅より徒歩約5分、JR京都駅よりバス、タクシー10分程)

