

KYOTO YOGA IYC KYOTO GOJO RAVISTA STUDIO

# ヨガトレ

京都ヨガ 京都応援プロジェクト

## 30分 初心者 クラス



京都ヨガを始めよう!

かんたんヨガトレーニング



● (毎週)金曜日 15:00~15:30

初心者  
歓迎!!

参加料: 1回 1,320円  
: 月謝月4回 4,400円他

- 予約なしでも予約ありでも参加できます。
- クラス開始10分前位にスタジオへお越しください。

● クラス内容

- からだが固いかたのためのかんたんヨガレッスン

● 持ち物

- 動きやすい服装、タオル、飲む水

自分ペースの  
ヨガボディ

「体作り」を  
自分の体やペースに  
合わせて計画的に  
ゆっくり練習して  
みませんか?

75分 ボディメイク  
プログラム

自分のペースに合わせて計画  
(金)~ 毎週15:00~

- ヨガトレ30
- プログラム作成
- スケジュール作成
- 参加料  
1クラス: 3,850円  
月4回 : 11,000円他

女性  
男性

年齢  
何歳でも

日程  
相談可

初めての方もいつも練習している方も楽しい30分と選べる75分。予約なしでも参加できます。

京都ヨガ・IYC京都  
五条ラヴィスタスタジオ

〒600-8028 京都市下京区河原町通松原下ル  
植松町725-3 片岡ビル304

☎075-351-3311

✉ kyotoiyc@yahoo.co.jp