

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！

金曜1時はヨガトレ時間

● (毎週)金曜日 13:00~13:30



**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) 13:00~

- 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

* 初めての方も運動が苦手な方も、ゆっくり始められるやさしいレッスンです。

京都ヨガ・IYC京都
五条ラヴィスタスタジオ
京都市下京区河原町通り松原下ル
植松町725-3 片岡ビル304

☎ 075-351-3311

* 電話が繋がらない時は留守番電話に残してください。

✉ : kyotoiyc@yahoo.co.jp