

お寺ヨガ

7月から開催させていただいている
大安寺さんでのお寺ヨガ。
そこに座りそこでヨガをお伝えすることに
毎回嬉しさを感じながら
行っているクラスです。
ヨガをするだけではなく
その場に心が洗われるような場所で
一緒にヨガをできること
楽しみにしています♡

☆日程/9月19日(水)

9月26日(水)

10月10日(水)

10月31日(水)

11月14日(水)

11月28日(水)

12月12日(水)

☆時間/19時30分～20時45分

☆料金/1レッスン700円

(マットレンタル100円)

☆場所/大安寺(恵庭市大町4丁目2-25)

☆持ち物/ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル、大きめのタオル

☆インストラクター

ゆうか

☆ご予約

08040476309(金澤)

cocoyogayuka@gmail.com