

ハラックスヨガ



体や心の奥に溜まった疲れを取り除き、
心身のバランスを整えます。
はじめての方も安心して受講いただけます。

毎週金曜日(祝日除く)

午後6時50分

～7時50分

講師:古閑 知子

★服 装 : 動きやすい服装

★持参品 : ヨガマット・飲み物