

WAI WAI FESTIVAL

11.12.(sun)

無料体験 ヨガ

11月12日(日)10時~10時50分



ヨガインストラクター
本間 恵美

港区・都内ヨガスタジオでヨガクラス開催。
プライベートセッション実施。ヨガ療法士。
(指導クラスはハタヨガ・ヴィンヤサヨガ・マタニティヨガ・産後のママヨガ・陰ヨガ・ヨガセラピー)

見つけよう！
自分流のヨガの楽しみ方！
身体が硬くても大丈夫！



※ レッスン直前のお食事は控え下さい。
持ち物: 動きやすい服装・ヨガマット又はバスタオル(大)・お水等

抽選お申込み方法

- ◎場所/主催：高輪区民センター3階 和室
- ◎定員：抽選限定20名(空き状況により当日受付可)
- ◎申込み：10月15日(日)~10月25日(水)まで、窓口・電話にて受付。
10月28日(土)までに当選者のみ電話連絡
- ◎受付申込：03-5421-7616 高輪区民センター