

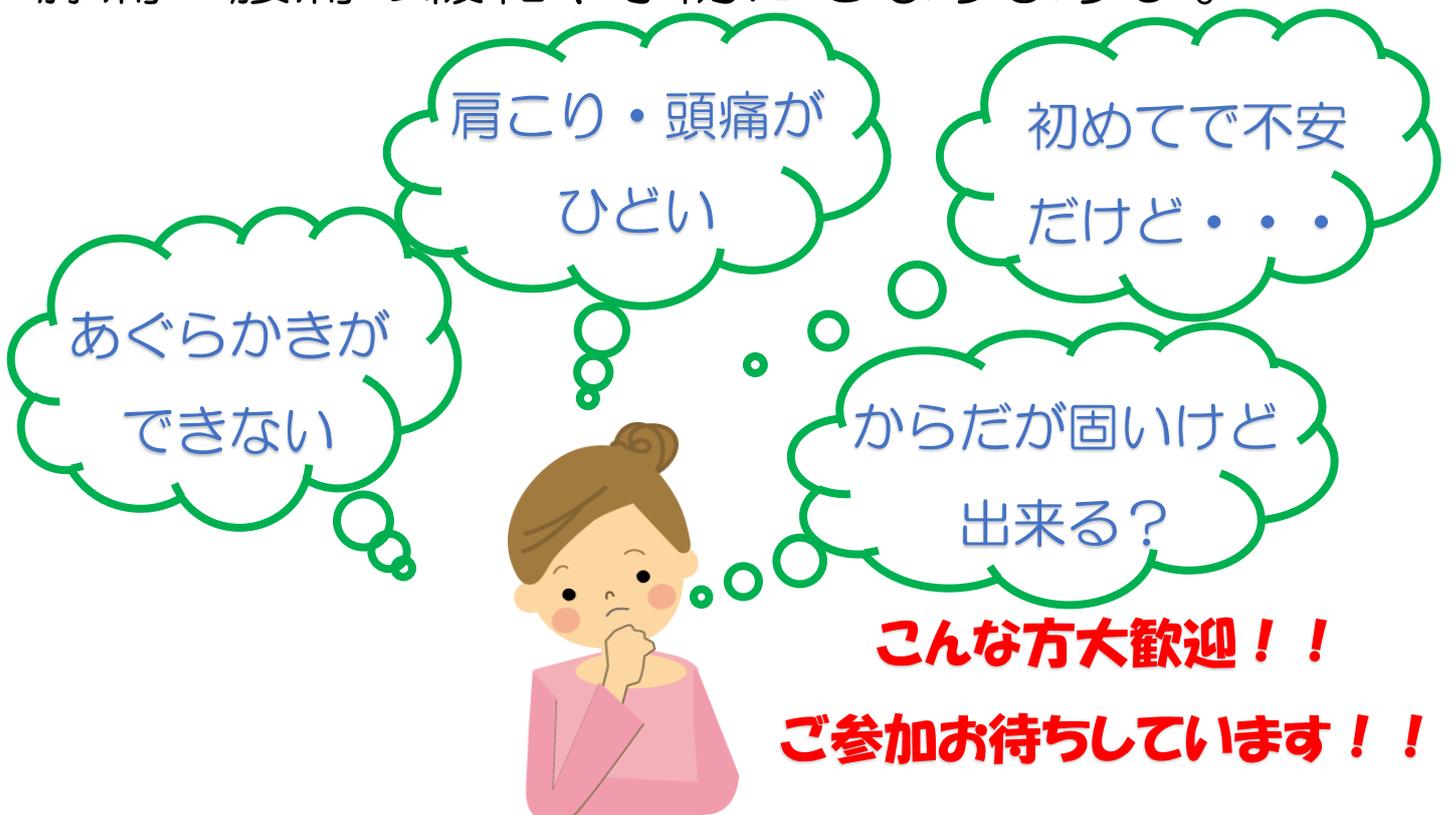
やさしいヨガ



瞑想、ほぐし、柔軟、ゆがみの修正に加え、

引き締め要素が入ったヨガです。肩こり解消、

膝痛・腰痛の緩和や予防にもなりますよ。



こんな方大歓迎！！

ご参加お待ちしております！！