



## はじめてのシヴァナンダヨガ

シヴァナンダヨガとは、心身の調和をはかる、インドの伝統的なヨガです。ポーズだけでなく、呼吸法、リラクゼーションの3つの要素を重視し、心身のバランスを整えていきます。ヨガ経験者だけでなく、運動不足の方、初心者の方にも参加していただけます。

イベント名	はじめてのシヴァナンダヨガ
開催日	2016/9/11
受付開始	10:45 ~
申込料	CORNEZよが 3,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	CORNEZ
住所	京都府京都市上京区亀屋町123グリーンセンタービル1F
主催者	CORNEZ

お申し込み [イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！](https://moshicom.com/2594)  
<https://moshicom.com/2594>

