



【@尾道】体とココロをつなぐヨガにします

"ヨガで体とココロを繋いで整える"

初心者の方でもできるポーズを中心としたレッスンです。どなたでも安心してご参加いただけます。普段動かさない筋肉を無理なく自分のペースで動かし、深く気持ちの良い呼吸を繰り返していくことで体もココロもリフレッシュ！準備:ヨガマット、動きやすい服装、水分

イベント名	【@尾道】体とココロをつなぐヨガにします
開催日	2020/11/20
受付開始	19:10 ~
申込料	かいくみこ レッスンチケット 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	広島県尾道市
主催者	まさくん

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/47678>

