



YOGA

JULI

ryt200 ryt500 ery200 YACEP RYT85 シニア

10:30-12:00 (要予約)
90分レッスン ¥1500/回
GREEN SKY STUDIO
ご予約受付
横須賀フットサルクラブ
046-833-3335

12月 開催日

3日(火) ハタヨーガ

10日(火) ハタヴィンヤサ

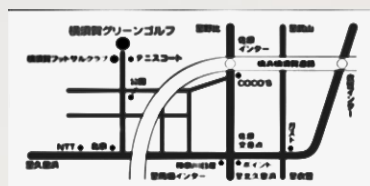
17日(火) ハタヨーガ

ハタヴィンヤサ
力強く瞑想的
アーサナを行い
深いリラクセス効流
リンパの流れを促す



YOGAで心も体も美しく

ハタヨーガ
陰(月)と
陽(太陽)
統合する
現代YOGA



HP <http://www.y-sports.co.jp>
FACEBOOKにも情報満載

