

# 特別プログラム

## ヤムナヨガ

10月20日(日)

12:10~13:10

〈Bスタジオ〉

講師:八木ふみ子

このクラスではヤムナフットセーバーズを使って、足部からからだを立て直していく動作をすることで

からだの軸を感じながら

背骨を正確に動かし、からだを調整していきます。

★定員:12名／予約制【フロントにて受付】

※定員になり次第キャンセル待ち予約となります

★参加費:会員1,650円(税込)

一般2,200円(税込)

※フットセーバーズレンタル料:300円(税込)

※事前入金をお願い致します。

※当日キャンセルは返金致しません。

もし、ご入金が確認されない場合でもお支払いしていただきます。

10/8(火)より申込受付

