

ヨガ体験教室
心も体もスツキリ!
チェアヨガ



2025年 8 月31日(日)

①10時～

②10時45分～

③11時30分～

1回30分(総入れ替え制)

【定員】

各回25名
(当日先着順)

【場所】

2階 会議室

講師

Eriko先生

ヨガインストラクター
セラピスト