

がんばるお母さんたちのための MAMA's YOGA

一人の女性としてキラキラ輝けるような時間を♪

日時：5/21（日）

受付/8:45～ 開始/9:00～

場所：グラントワ スタジオ1





☺託児付のため、ヨガにしっかりと集中していただけます♪
☺初心者の方でも大丈夫！楽しくヨガをしましょう😊

開場 8:45～

<1部>

9:00～10:00 MAMA's YOGA

10:15～10:45 お茶会

<2部>

11:00～11:30 親子ヨガ

マットは不要。お子様のおもちゃなどは各自でお持ちください。

※1部のみ参加可

※託児付(ご予約時にお子様的人数をお知らせください)

※ご予約が必要です。下記問い合わせ先まで予約をお願いします。

(5/5(金)までにお申し込みください)

○料金:1組 1,000円(託児・お茶代込)

予約・お問い合わせ

TEL 070-3772-9648

Mail hm27xxo@yahoo.co.jp

LINE @tvw4448k

主催/Yoga room Me Ka Mahalo 領家
協賛/石見曹洞宗青年会