

Y O G A

ヨガで創る、軸のあるまっすぐな「こころ」と「からだ」

内面の美しさは貴方を輝かせ、暮らしを変化させていきます。

無料体験実施中です。ご希望の方は前日までにご予約ください。

日 程

土曜日	1月	2月	3月
午前11:00~12:15	8 15 22 29	5 19 26	12 19 26

*1月8日、3月19日、3月26日は101教室で行います。

場 所 : 京都YMCAウエルネスセンター 地階マナホール

京都市中京区三条通柳馬場東入中之町2

対 象 : 16歳以上の方

活動費 : 18,150円(全10回分)

*2020年度より、入会金および会友費はなくなりました。

服 装 : ジャージやTシャツなどの動きやすい服装(上下)、フェイスタオル、
ヨガマット(お持ちの方)

講 師 : 土井 景子 (Kei-luna ケイルナ)

お申込み : 6階受付またはお電話でお申し込みください。

お申し込みをキャンセルされる場合は、お電話で必ずご連絡いただきますよう
よろしくお願いたします。



お申し込み・お問い合わせは…

京都YMCAウエルネスセンター

☎ 075(255)4709