

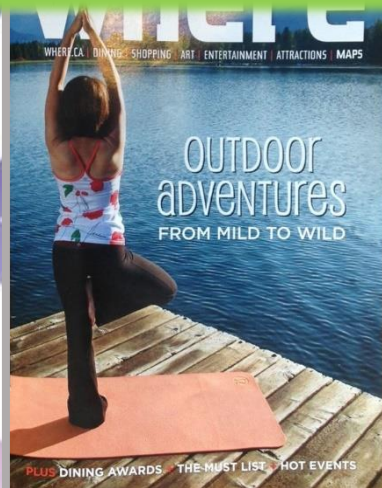
PEAKYOGA

ピークヨガスタジオ



姿勢矯正、インナーマッスルや内臓の動きを強化します。また、心と身体のバランスも整えます。

アロマとお香の香りのスタジオでリラックスと癒やしの時間を・・・



身体の硬い方大歓迎！

誰でもできるリラックス系ヨガです！

運動が苦手、身体が硬い、ヨガは初めてで不安・・・そんな方でも大丈夫です。たっぷり75分間のアットホームなクラスで無理のないリラックス系のヨガを楽しめます。

☆クラス・スケジュール☆

月曜日・・・朝ヨガ 10時～11時15分

水曜日・・・夜ヨガ 19時半～20時45分

☆料金☆

* 温水プールと併用可能

1回券・・・1,500円

5回券・・・5,000円

11回券・・・10,000円



★出張ヨガクラスもあります★

- ・第2,4週金曜日19時～20時 川西けんこう館 岩盤浴ホットヨガ
- ・毎週火曜日14時～14時半 満天の家 シニアヨガストレッチ
- ・年3回 小国町子育て支援センター 子育て講座 講師など・・・

お問合せ&お申込み

お気軽にお問合せください

おぐに白い森 株式会社

Tel (0238) 62-4518

村上携帯 080-4857-1080