



MINAYOGA

2021年6月から開催♡

ご予約承り中

月2回 金曜日限定

場所 横浜線淵野辺駅北口又は矢部駅北口からどちらも11分
※淵野辺フードワン・ゴルフ場付近・ご予約の方に詳細を送ります。
開催日程はLINEとインスタグラムでお知らせします。

各1回60分 1500円

2レッスン受講2200円※800円引き割

3レッスン受講3000円※1回分無料得

1日の受講に限り有効

paypay又は当日現金払い 定員10名程度

持ち物 ヨガマット持参(貸出あり)、タオル、お水

飲み物をお忘れの場合、自動販売機がございます。マットは数に限りがございます。シャワーサナ等で必要であれば大きめのタオルご持参下さい。クラス開始10分前に集合お願いします。ご予約・キャンセルは前日までにLINE個別メッセージでご連絡お願いします。当日キャンセル1000円(paypay振込)定員がありますのでご予約はお早めに♡水土プライベートレッスンもあり♡



公式LINE → @724jwvgx

☎090-6317-3777 KOMINEMINA

10:30 ハタヨガ～Hatha yoga Basic～

スタンダード・ベーシック・アドバンス・チャクラ・古典ヨガまで

12:00 骨盤調整～Beauty Pelvis yoga～

肩こり・腰痛改善！骨盤底筋の整え・股関節と背骨アプローチへ!!

13:30 クレンジングフロー～meditation flow～

太陽と月の礼拝・流れる動く瞑想で最高の心地よさを♡

15:00 リラックスヨガ～Deep Relax～

呼吸・瞑想・陰ヨガ・癒しの質を高める極上のヨガ♪