

経絡ヨガと梅雨の養生法

～心地よく気を巡らそう～

6月23日(土)10:00～12:00

梅雨本番を迎える前に、経絡を使ったヨガや、ツボ養生法を
学んでセルフケアしませんか？

ヨガが初めての方でも無理なく受けていただける内容です！

こんな方にオススメ

- ✓季節の変わり目に体調を崩しやすい
- ✓むくみが気になる
- ✓雨の時に頭痛や立ちくらみがする
- ✓胃腸の調子が良くない



定員5名様 お一人¥3500(資料代込)

Reカルチャーサロンにて (神戸市須磨区大田町7-3-5)

担当:高橋可奈子(国際中医美容師、経絡ヨガインストラクター)

お問い合わせはこちらへ→[078-731-5325](tel:078-731-5325)