

植物の生命力がギュッと詰まったエッセンシャルオイルを使用し、心身を整えます

Aroma yoga

人生100年時代  
いつまでも若々しく  
いるための

アンチエイジング

YOGA

毎月第2・第4月曜日  
10:30~11:30 A工房  
参加費 800縁



年間スケジュール

4/14.28・5/12.26  
6/9.23・7/14.28  
8/11.25・9/8.22  
10/13.27・11/10.24  
12/8.22・1/12.26  
2/9.23・3/9.23

ヨガの内容  
骨盤底筋、骨盤調整  
臓活、体幹、瞑想  
初心者からできる  
優しいヨガ

ご予約・お申込み  
☎090-5406-8538  
027-324-9210  
(パーク工房)  
LINE又はSNS

持ち物  
ヨガマット  
(レンタル可)  
タオル  
水分、動きやすい服装

講師：木村由紀 Radha Charana

JYIA認定インストラクター、臓活ヨガ、シニアヨガ資格  
アロマヘッド&アロマトリートメントセラピスト、県外市内児童館  
にて親子ヨガ多数開催、自宅サロンShinayaka代表、



@YUKI\_MU\_RADHACHARANA