

ヨガ体験レッスン

尚巧堂カイロプラクティック & YOGA PADMA 企画
少人数制 プライベートレッスン

- ① 2017年7月31日(月)19時～20時
 - ② 2017年8月 4日(金)19時～20時
- 体験料☆1,000円 定員5名(予約先着順)

- ★肩こり・腰痛の予防・解消
- ★自律神経の安定・ストレス解消・心の安定
- ★不眠症の改善
- ★内臓のデトックス
- ★お腹まわりの脂肪燃焼・シェイプアップ・ダイエット
- ★筋力UP・バランス力UP
- ★代謝UP・免疫力UP・体温UP
- ★生理痛の改善・子宮の健康で女性ホルモンUP

・・・etc 体の健康と心の健康に♡

OPEN HEART♡胸を開いて 心を開いて 心に幸せが入りますように♡

Chiharu 山口千春

- ☆RYT200 全米ヨガアライアンスインストラクター
- ☆シニアヨガインストラクター
- ☆リンパセラピスト
- ☆耳ツボセラピスト

お問い合わせ先
携帯 090-8456-6017
yoga.padma108@gmail.com

