

# YOGA & LUNCH

2020/2/8(sat)  
10:00~12:00

4`season X HATI YOGA Studio



ヘルシーメニュー提供の  
奈良県【健康なら協力店】  
4`season の体に優しい  
ワンプレートランチ♡

肩こり・腰痛 予防&改善♡  
おうちでもできるイスヨガで体スッキリ！  
更に♪ 冬を乗り切る呼吸法と  
耳ツボマッサージで体ポカポカに♪健康に♪

会場： 4`season 橿原市高殿町567-4

料金： ¥3,000(税込)

服装： 私服でOK ※イスヨガなので持ち物はありません

お問い合わせ・お申し込みは

【4`season】0744-25-8248

【HATI YOGA Studio】0744-25-1173