

夜桜をイメージした

”桜とキャンドル”のコラボレーション

幻想的な空間で  
心地よいヨガの時間  
をお過ごしください



ゆくりえ店

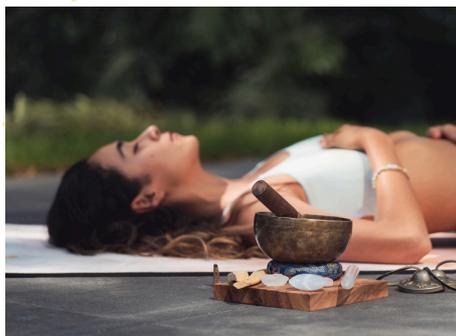
3/30(日)

春、

# 心と体のデトックスチャージ

参加費 会員様：2,000円 / 非会員様：3,000円

※レギュラー会員様のチケット振替OK！



9:30~10:30 (60分)

腸活

リラックスヨガ ★1.5

担当：ayumi

気持ち良く腸を刺激し、  
ゆったり心地良く動いていきましょう。  
腸を活性化するには、  
リラックスする事が大切です♪



男性受講可

11:00~12:00 (60分)

滝汗！爽快！

セミホットツイストフロー ★3

担当：akane

心地よい太陽礼拝と共に、  
ツイストポーズをプラスしていつもより  
たっぷり汗をかいてみませんか？



14:00~15:00 (60分)

デトックス&  
エネルギーチャージ ★2

担当：eri

今の体の中にある毒素やストレスを  
深い呼吸とポーズを行いながら  
外へ排出して、春に向けて  
エネルギーチャージしましょう！



ご予約はフリーダイヤル  
又はHPにて

☎ 0120 - 399 - 342

※2日前までに  
予約人数が満たない場合は  
レッスンを中止とさせて頂く  
場合がございます。

Instagram ホームページ



YOGASTUDIO.CENTIA

