

お盆スペシャルヨガクラス☆開催決定！！！！

GWに大好評だったスペシャルクラス。今年はお盆休み中にヨガに参加できるチャンス！
通常クラスは8/11～8/17までお休みさせていただきます

上前津校

8月11日(土)



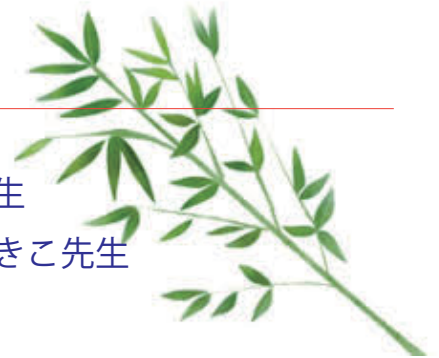
- ① 10:00-11:30 骨盤ヨガ (お子様連れOK) あすか先生
- ② 14:00-15:30 肩こり解決！！肩甲骨はがし (しゃもじ持参) 直子先生
- ③ 16:00-18:00 浴衣会&撮影会 参加無料
- ④ 18:00-20:00 裏居酒屋ヨガ 参加費 2,000円 (食事+1ドリンク)

8月16日(木)

- ⑤ 10:00-11:30 夏のリフレッシュヨガ asami先生
- ⑥ 18:30-19:45 ピラティス かな先生

8月17日(金)

- ⑦ 10:00-11:30 デトックスヨガ 久保先生
- ⑧ 13:00-14:30 身体を柔らかくするヨガ 久米先生
- ⑨ 15:00-16:15 コアパワーヨガ&ピラティス あきこ先生
- ⑩ 18:30-19:45 骨盤調整ヨガ junko先生



名駅校

8月11日(土)

- ⑪ 12:15-13:30 ピラティス あべあか音先生

※③④以外は全て一回1,000円でご参加いただけます。レンタルマット300円。
ご予約優先。先着20名とさせていただきます。

場所 湘南シャイズヨガスタジオ上前津校 / 名駅校 (⑪のみ)

お申し込み ☎052-253-551 メール info@shounan-shyz.com

締切 各クラス前日19:00まで



湘南シャイズヨガスタジオ

TEL 052-253-5515 メール info@shounan-shyz.com

ホームページ <http://shounan-shyz.com>