

乳がんリハビリヨガ

# YOGA

乳がん経験者の方のためのリハビリヨガ

「治療の辛さが緩和された」

「前向きに治療に取り組めるようになった」

ヨガで病気を治すことはできませんが、  
ヨガを通じて心と体に良いアプローチをして行きましょう。

## 岐阜市乳がんリハビリヨガ

場所 岐阜市柳津町  
日時 毎週金曜日 10時～11時  
服装 動きやすい服装  
持ち物 ヨガマット 飲み物  
参加費 1,000円

申し込み先

☎ 080-5123-6270  
✉ 003yuuki@gmail.com  
🌐 <https://candyand.jimdo.com/>

## 名古屋市乳がんリハビリヨガ

場所 名古屋市大須湘南シャイズヨガ  
日時 第1土曜日 16時～17時  
服装 動きやすい服装  
持ち物 ヨガマット 飲み物  
参加費 1,000円 レンタルマット／300円

申し込み先

☎ 052-253-5515  
✉ info@shounan-shyz.com  
🌐 <http://www.shounan-shyz.com/yoga.html>

現在治療中の方は、必ず担当医の許可を得てからご参加いただきますようお願いいたします。

要予約

### ヨガインストラクター ユキ

ヨガインストラクター／ファスティングbeautyインストラクター／タイ古式セラピスト／ケトジェニックダイエット認定アドバイザー／オーガニック料理ソムリエ  
※要予約となっています。前日や当日のキャンセルでも一切キャンセル料はいただいておりません。