

＼毎日をもっと快適に過ごせるヒント満載！／

「女性のためのヘルスアップヨガ」

参加費
無料
各回限定
25名

＜プログラム内容＞

肩こり・冷え性・むくみなど、女性に多い悩み対策を随所に盛り込んだヨガのクラスです。

心地よいポーズと深い呼吸で、心身のリフレッシュ&リラックスを図ります。



- * お持ち物：動きやすい服装、飲み物、ハンドタオル、お名刺
- * 当日は、プログラム開始10分前までにスタジオにお越しください。

ドウミ ルネサンス田町店 開催

- * 日程：2019年5月13日（月）
- * 時間：18:30～20:00（18:00受付開始）
- * 場所：ドウミ ルネサンス田町
- * 住所：港区芝5-27-1 三田SSビル4F
- * アクセス：田町駅 西口 徒歩約3分／三田駅 A3出口 徒歩約1分



お申込みは
こちら



ドウミ ルネサンス五反田店 開催

- * 日程：2019年5月17日（金）
- * 時間：18:30～20:00（18:00受付開始）
- * 場所：ドウミ ルネサンス五反田
- * 住所：品川区東五反田1-14-14 北原ビル6F
- * アクセス：五反田駅 東口 徒歩約1分



お申込みは
こちら

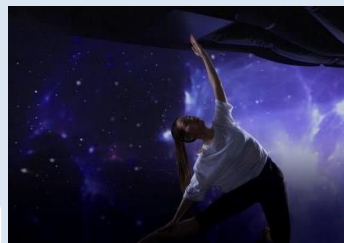


番外編

サイクル&スタジオR渋谷 開催

- * 日程：2019年5月27日（月）
- * 時間：19:00～20:30（18:30受付開始）
- * 場所：サイクル&スタジオR渋谷
- * 住所：渋谷区宇田川町23-3 渋谷第一勧銀共同ビル5F
- * アクセス：渋谷駅 八公口 徒歩約1分／地下鉄3番出口直結

幻想的な映像の中で、よりリラックスと集中の世界を楽しめます。



お申込みは
こちら

