

多肥店

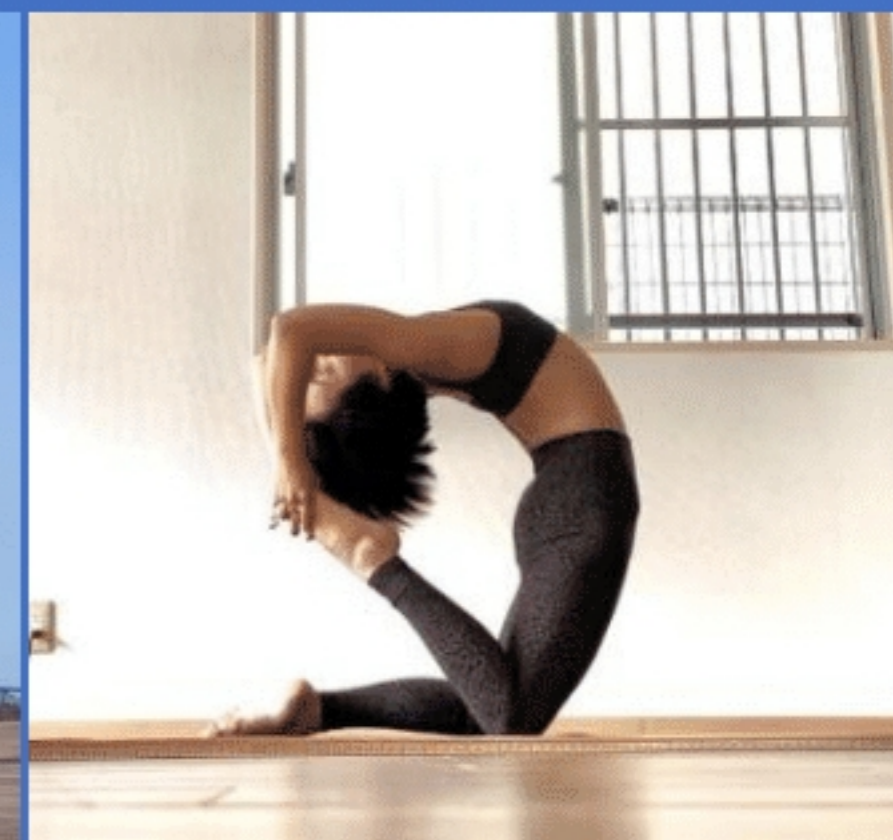
フィンズヨガ イベントレッスン

BORN TO YOG

【BORN TO YOG / ボーン・トゥ・ヨガ】

一言で表すとヨガのアサナ(ポーズ)を思いっきり楽しめるメソッド!

クラスでは太陽礼拝から始まり、アサナでじっくり身体を伸ばしダイナミックに動いて心身のエネルギーを高めていきます。胸を開くポーズや逆立ちポーズにもほんの少しチャレンジしてみましょう。



強度 & 負荷



担当インストラクター: Kana

アクティブに動くのが好きです!

日々の生活でもヨガの練習でも波はありますが、自分の波を上手く乗りこなせるようになれば、かっこいいだろうな...と思い研究と練習を続けています。

みんな身体も心も唯一無二、ほかに同じはありません。

クラスでは、ポーズのカタチだけではなく、それぞれが深まるルートやヒントを一緒に見つけていけたら嬉しいです。クラスで一緒できるのを楽しみにしています!

開催日
6月25日(土) 12:50~14:00 常温スタジオ 定員先着10名
7月 9日(土) 12:50~14:00 常温スタジオ 定員先着10名

参加料: 1回 1,800円(税込)又は プラス1チケット1枚
会員以外の方は 2,500円(税込) ※振替・フリープランでは受講できません。

会場: フィンズヨガスタジオ多肥 (常温スタジオ) TEL 0120-217776

募集人数: 10名様(先着順) 最低施行人数3名
お申し込み後のキャンセルはできません。全額ご負担いただきます。

お申し込み方法:
フィンズヨガスタジオ多肥店までお申込みください。
お電話でも、フィンズ予約システムイベント申込からでもOK

当日は、体調不良や咳、のどの痛みなど、風邪の症状がある方は参加をご遠慮ください。

募集開始日

6月6日(月)

9:30~START!

先着各日10名様



フィンズヨガ
イベント
お知らせLINE

お申込みお問合せ フィンズヨガスタジオまで
ホームページ予約システムイベントページからお申込みできます。
多肥店 0120-217776 楠上店 0120-778862