

7月スタート!

# 頑張る女子の息抜きヨガ

体ほぐれて気持ちにゆとり復活♡

第2・4水曜日 19:15~20:15

## 場所

阪急仁川駅すぐ

さらら仁川北館シルバールーム

帰り道のついでに  
お気軽にどうぞ

## 持ち物

動きやすい服装、汗拭きタオル、お飲み物

マット無料  
レンタルあり

1レッスン 2,000円 (1回体験 1,000円)



対象 毎日がんばるすべての女性(18才~シニア)

こんな方におすすめです!

- 寝起きに「つかれた…」と言う事がある
- 何か体に良い事をしようとは思ってる
- 仕事帰りにふらっと気分を変えたい
- 私ってこんなにむくんだシルエットだった!?
- いやされたい…



YUKIKO

インストラクター実績

宝塚教室(SORIO 宝塚)仁川教室(さらら仁川)/企業ヨガ部(新大阪・宝塚)/仲間でレッスン(中山・名塩・神戸・垂水他)/幼稚園キッズヨガイベント(夙川)/Studio Happiness(摂津本山)/ホットヨガ OCT ONE(西宮)

キッズからシニアまで幅広くお付き合いさせていただいています。

レッスン後には笑顔で  
日常を過ごせるように…  
「自分の好きな自分に還る  
リセット時間」を  
提供したいと活動しています。  
お気軽にご連絡ください!



Reset Yoga happytree

体験レッスン  
1,000円

TEL 070-8547-5399

resetyoga.happytree@gmail.com