

高カカオ チョコレートで 整うヨガ



高カカオとは、
カカオの含有量が70%以上のチョコレートのこと



初回体験
1,000円

ドリンク
付き

始めての方
大歓迎

カカオの成分を使って心を落ち着かせ、今に集中。
姿勢が良くなることで不調が出にくくなり
基礎代謝を上げ、免疫力を高めるヨガ

浮指、扁平足、モートン病、足底筋膜炎
坐骨神経痛、猫背、反り腰、骨盤の歪み
頭痛、肩こり、巻き肩、更年期の不調など

- 当日用意して頂くもの タオル、お水、運動しやすい服装でお越しください。
- ヨガマットは教室でご用意します。
- 2,000円/1回 初回体験1000円

開催日 第1,3 火曜日
10:00~11:15
ソリオカルチャー教室
3階 (和室)
阪急・JR宝塚駅すぐ

第1,3 金曜日
10:00~11:15
さらら仁川北館教室
3階 (フローリング)
阪急仁川駅 東出口すぐ

第1,3 水曜日
10:00~11:15
ピピア売布教室
4階 (フローリング)
阪急売布神社駅すぐ
※2024年4月~開催

レッスン内容

カカオ×脚・足調整ヨガ
カカオ×骨盤・股関節調整ヨガ
カカオ×肩・肩甲骨調整ヨガ
カカオ×ツボヨガ

完全予約制

ご予約は公式LINEよりしていただけます。
公式LINEよりご予約できない場合は、
お電話にて予約可能です。080-9160-3911
各教室の開催スケジュール内容は、
公式line、Instagram、チラシ別紙に表示。



LINEはこちら↑



@HIGHCACAO_YOGA

Instagramはこちら↑