

日常に
やすらぎの時間を



成人スタジオレッスン
新規開講

<講師> 佐伯 有香

ヨギーインスティテュート認定YIC200

ヨガをすることで、健康維持やリフレッシュ、メンテナンスはもちろん、動きに集中することでご自身の心身を観察する目を養います。内側からの変化や心地よさを味わいながら、真摯に、無邪気にヨガを楽しみましょう。

わたしを整える
ヨガ教室

体験・受講者募集中

曜日：毎週水曜日

時間：12:45～13:45

京都アクアリーナ

615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64
TEL：075-481-3055（営業時間 9:00～21:00）