

8月 August Morning Yoga



「1日のはじまりに、深呼吸とストレッチを」

-土曜日-

8:30-9:30am

-日曜日-

8:30-9:30am

ストレッチングヨガ★

8/2 CHISATO

8/9 かなえ

8/23 Ayumi

8/30 MaMi

ベーシックヨガ★★★

8/3 INARI

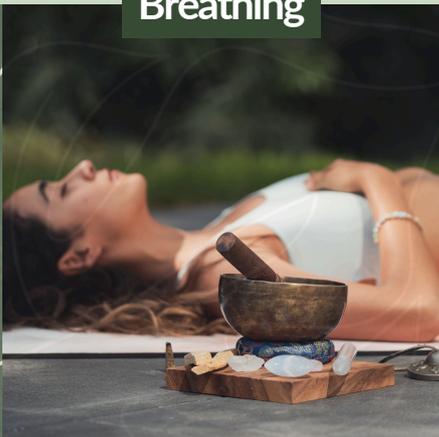
8/10 Ayumi

8/17 INARI

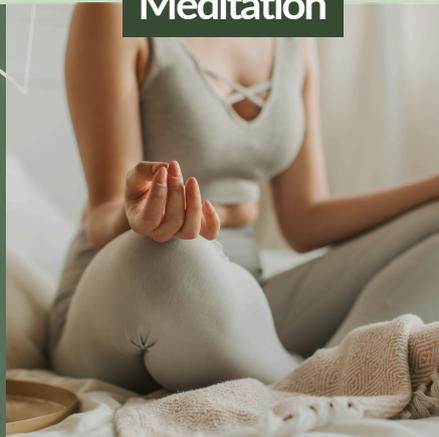
8/24 Ayumi

8/31 INARI

Breathing



Meditation



Yoga

