



# あなただけのオーダーメイド“ヨガ”

骨格のプロである整体師と  
セルフケアのプロであるヨガインストラクターがコラボした  
あなたのお悩みに合わせた セミパーソナル “ヨガ”

30分  
オーソドックスなポーズで  
トータルにアプローチ



20分  
あなたの身体に合わせた  
オーダーメイドなアプローチ



10分  
身体を芯から緩め  
リラックスを与えます

## 《詳細》

4月18日(土)

一部 10:00~  
二部 12:00~  
三部 14:00~

参加費 5,000円 ※一部につき定員2名  
参加ご希望の方はスタッフにお声がけください！

ヨガ インストラクター  
AKARI (29)

全米ヨガアライアンスRYT200 取得

現在稚内にて  
ヨガインストラクター  
パーソナルトレーナー  
として活躍中

