

骨格×動き×筋膜リリース

新感覚 ヨガ体験教室

ポーズだけがヨガではありません。

呼吸を意識して身体をリラックスさせ、

自分の身体に語り掛けてみましょう。

畳の上で寝転ぶことからスタートです。



夜の部

令和7年

5月14日 水
18:00~19:30

午前の部

令和7年

5月25日 日
10:00~11:30

受付開始 4月3日(木) 10:00から

○募集 各部 **女性限定** 12名(先着順)
最少開催人数6名

○受講料 1,500円(各部)

- ・お申し込み後、1週間以内(申し込み日と同一曜日まで)にお支払いください。期間を過ぎるとキャンセルとなりますのでご注意ください。
- ・振込先 横浜銀行 溝口支店 普通 1750577
口座名義 川崎市生活文化会館
- ・振込手数料は、お客様負担となります。
- ・夜の部は5月11日以降、昼の部は5月22日以降のキャンセルは返金できません。

○会場 てくのかわさき 5階 和室
神奈川県川崎市高津区溝口 1-6-10

○持ち物等 タオル、飲み物

※動きやすい恰好で。ヨガマットは使いません。

講師 朝倉久美子先生

空空間 そら.ころ.すぺーす代表
IHTA 認定ヨガインストラクター1級
骨格ベクトルトレーニングインストラクター
経絡 YOGA インストラクター
漢方上級スタイリスト



【お申込み・お問合せ】

川崎市生活文化会館(てくのかわさき)

講座受付専用ダイヤル

044-812-1184



[申込フォーム]

できるだけ申込みフォーム・HPからお申込みください。
電話は込み合う場合、繋がりにくくなります。

✉ info@tekuno-kawasaki.com

- ・お申込み時ご頂いた個人情報、講座の出欠確認及び講座の案内以外には使用しません。
- ・申込必要事項・講座名、郵便番号、住所、お名前、メールアドレス、電話番号、かわさきハッピーライフの加入有無
- ・諸般の事情により講座が中止・変更になる場合があります。予めご了承ください。

駅からの案内図

