

AYANO YOGA



ヨガサークルメンバー募集

自分の身体と心の状態をあるがままに
受け入れるヨガ。

深い呼吸をして一緒に心身を
整えませんか。

ヨガは競争ではありません。
身体が硬くても大丈夫！

日程 毎週金曜日（会場がとれた時）

時間 10:15～11:30

場所 東戸塚地区センター 多目的室

料金 1回 1,000円



インストラクター
AYANO

ご予約・お問い合わせ

代表 神谷

ayanon82ryorena57@icloud.com

LINE ID
ayanon82

