

2023年11月 月間スケジュール

冬に備えて、冷え性対策、免疫力アップに！
健康で快適な体へ導きます。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
☆ 出張又は オンラインレッスン可能		1	2	3	4	5
6 ☆	7 泉区地域交流室 10:20-11:30 デトックスヨガ	8 宮ノ前テラス 10:00-11:00 ★★産後ヨガ どんぐり制作	9	10	11	12
13 オンライン 10:00-11:00 ヨガ リフレクソロジー	14	15 ☆	16	17	18	19
20 PM出張レッスン	21 コピエテラス 10:30-11:40 ●アロマリラックス ヨガ	22 ☆	23	24 みんなの 絵本のおうち 10:10-11:20 ★★産後ヨガ 手作り落ち葉遊び	25	26
27 コピエテラス 11:00-12:00 ♥ドテラアロマタッチ	28 ☆	29	30			●女性限定クラス ★★親子クラス (3ヶ月～3歳) ♥アロマタッチ トリートメント

出張レッスン承ります！ ★マーク参照 ・戸塚区・泉区対象 その他の地域は要相談 ・ご希望の日時をご連絡ください。(週末要相談)
・レッスン時間60分(10時～16時の間) ・女性/親子の方対象(男女のグループもOKです) ・会場費は、お客様のご負担となります(オンライン可)

泉区地域交流室 (白百合公園近く中田駅徒歩5分)

- ・参加費：2,000円
- ・女性限定クラス 10:20-10:30 (70分クラス)
- ・定員6名
- ・レンタルヨガマット：5枚(先着順 事前予約)
- ・駐車場2台あり(事前予約制)

コピエテラス (戸塚警察署前)

♥アロマリラックスヨガ
参加費：2,000円 (70分クラス) ・女性限定・定員3名様

♥ドテラアロマタッチトリートメント (40分施術)
・通常価格：5,000円 お着替え含めて1時間1ドリンク付
・初回体験 4,500円
*8種類のエッセンシャルオイルを使用した施術です。
*ヨガオブション30分 +1,000円
施術前にヨガで気持ちよく体を動かします。

*オブション
CA脳疲労改善ドライヘッドケア 15分
期間限定モニター価格 2,000円 (通常3,000円)

コピエテラス
・住所：戸塚区汲沢町1173-1 ライオンズガーデン905

みんなの絵本のおうち (いずみ中央駅徒歩1分)

- ・参加費：2,000円
- ★★親子クラス：定員5組(3ヶ月～3歳)
- ・70分クラス！ ドリンクは別途200円となります。
(ヨガマット持込OK、バスタオル可)

宮ノ前テラス (宮ノ前公園隣り)

- ・参加費：2,000円 ・定員 親子4組
- ・ヨガマットレンタル無料(施設のもの)
- ・駐車場あり(事前にご連絡ください)

◆お申込み&お問合せ◆ LINE公式アカウント

LINE公式アカウントのメニューより予約サイトへお進みください。
初回体験クーポンも配信中！

お申込、変更、お取消しは、

開催24時間前までをお願いします。

◆当日無断欠席は、取消料100% ◆親子クラス お子様の体調不良に伴う欠席は、

お取消料は頂きません。



LINE公式アカウント



ヨガ講師：川口晃子(Akiko Kawaguchi)
全米ヨガアライアンス RYT200
ヨガインストラクター1級、2級
キッズヨガインストラクター
マタニティヨガインストラクター

ヨガ運動学
アサナアライメントx
アナトミートレイン終了

【お願い】
・初回のみ参加申込書及び同意書に
ご記入下さい。

・10分前までにお越しください。