



花笑み結よが

★お問い合わせ★

公式 LINE もしくはショートメッセージにて
お気軽にお問い合わせください

☎ 080-5308-0666

代表 いと い ゆ み こ

✉ info@hanaemi-yuiyoga.com

📱 https://hanaemi-yuiyoga.com



【公式 LINE】



【Instagram】



【ホームページ】

コロナウィルス拡大防止・警報発令など

急遽、休講することがあります

個人への連絡はいたしませんので

公式LINE・インスタグラム・ホームページ

にて、ご確認くださいませよう

よろしくお願いたします



【お願い】

- 来場前には必ず各自で検温をお願いします
- 37.5度以上ある場合はお休みしてください
- マスク着用、手指の消毒をしてください
- レッスンに遅刻すると他の皆さまの集中力の妨げとなる為、お時間には余裕をもってお越しくださいませ ※15分前より開場いたします

【夜よが】リラックスフローヨガ

木曜日 19:30 ~ 20:30

強度 ★★☆☆☆~★★★★☆

日々の暮らしの中で知らず知らずのうちに
凝り固まっているカラダやこころ

呼吸に合わせて身体を動かしていくことで
内蔵機能を活性化します

また血液やリンパの流れを促進して

体内の老廃物を排出します

自律神経を整え快適な眠りに導いていきます

場 所：10月 宮津市民体育 剣道場
11月/12月 ミップル4階第4コミュニティールーム

定 員：10月 20名程度
11月/12月 16名（チケット購入者優先）

料 金：回数券（10枚綴り）8,000円 ※有効期限3ヶ月
ドロップイン（1回1,000円）※要予約

支払方法：現金・PayPay

もちもの：ヨガマット・汗拭きタオル・お飲み物・防寒着
必要であればブランケットやヨガブロック

講 師：ASAKA / YUMIKO

予約方法：エアリアルヨガスタジオ YJU 予約サイト



10月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

11月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

12月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	