

∞ 無料 ∞
オンライン
ON LINE
YOGA

♪ 心と体のバランスを整えながら、健康的に美しくなりましょう♪
朝 11 時からお家でかんたんヨガ！ 無料だから気軽にチャレンジ！！

インスタライブ
— 予約不要 —

ヨガ初心者向け



日 時

10 月 29 日 (日)

時 間

11:00 ~ 12:00

講 師：下川原 やよい

【参加方法】

- QR コードを読み取り、がやがや館のアイコンをタップしてご参加ください
- ※Instagram のアカウント作成が必要です



GAYAGAYAKAN