

新規開講

大分合同新聞文化教室

タイ式簡単整体ヨガ ルーシーダットン

はじめてみませんか？

月3回 月曜日 10:30～11:30

- ✿ 受講料 14,400円（3ヵ月分）
※入会金・施設利用料が別途必要です。

- ✿ 持ち物 動きやすい服装、フェイスタオル、飲み物、バスタオル



特別な呼吸法で激しい動きはないのに体の中からあたたまります。

この呼吸法によって心肺機能が活性化し、デトックスや新陳代謝の向上が期待できます。

また、アグレッシブなポーズもなく体が硬くても問題ありません。

老若男女、誰でもできる自己整体法です。

✿ 有料体験（1回1,100円）受けれます。

まずはお電話ください！



講師 山崎清美

大分合同新聞文化教室 トキハ わさだタウン教室 ☎ 097-541-0481

受付時間：平日・土 10:00～17:00（不定休）
wasada@oitagodoeducul.co.jp