

土曜日 夜 開催 vol.2

サンライフ藤枝 単発講座

アロマヨガ

～ 自分への癒し時間 ～

5月28日(土)

19:00～20:15

受講料 **¥700** (税込)

〈 申し込み方法 〉

予約開始日：4/28より

サンライフ受付窓口又は電話

TEL 054-644-3012

藤枝市小石川町4丁目11-1

インストラクター 佐賀 聖乃

全米ヨガアライアンス RYT200

みなさまにお会いできるのを

楽しみにしております♡



アロマの香る空間で
ヨガはいかがでしょう？

日々のストレスや疲れを
癒します。

やさしいポーズをメインに
行いますので、
初めての方もお気軽に
ご参加いただけます。



今回のアロマオイルは・・・

・ラベンダ…さわやかな香りで
心を落ち着かせてくれます。



・オレンジスイート…気持ちを
優しく和らげてくれます。



・ゼラニウム…気持ちを前向き
にしてくれる作用があります。

場所：サンライフ藤枝 2F 研修室

定員：25名(先着順)

服装：動きやすい服装

持ち物：ヨガマット、水筒、

ブランケット又はバスタオル

指定管理者 太平ビルサービスグループ