

あすなるアロマヨガ体験のお誘い第4弾

あすなる幼稚園でアロマヨガを体験してみませんか？

アロマの心地よい香りに包まれ、深い呼吸でヨガをしましょう。

ペアワークやマッサージも取り入れ、からだところが笑顔になりますよ。

ふわっとした時間で一息入れて下さいね。

【日程】 3月5日

【時間】 第一部10:00~11:00(対象:未就園児のお子様と保護者の方)

※第一部では会場内にキッズスペースを設け、職員と一緒に遊びます。

お子様はヨガに参加しても遊んでも OK! 安心してご参加下さい。

第二部11:15~12:45(対象:在園児の保護者)

【持ち物】 動きやすい服装 お水、汗拭きタオル、

大判のタオル(お持ちの方はヨガマット)

【料金】 第一部:-組 500円 第二部:-人700円

【申込】 第一部:2月20日13時30分~お電話にて受付開始→TEL.0336921288

第二部:2月20日16時~お電話にて受付開始→TEL.0336921288

※どちらも定員になり次第受付終了となります。

【講師紹介】 中原百合香

2歳で初舞台、踊りはじめる。舞台・映像などでダンサー・振付家として活動。

ダンスカンパニーPINKBLUE 主宰。今秋には、ジャニーズ原嘉孝主演舞台「新宿のありふれた夜」に振付・出演。

2006年より、イシュタヨガ、ペアワーク、ダンサーズストレッチを融合したクラスをはじめ、ヨガスタジオ、スポーツクラブ、カルチャークラブなどで開講中。

全米ヨガアライアンス認定イシュタヨガ TT200 時間修了。アロマセラピー検定 1級取得。

<http://yurikanakahara.com/>

