

m o r n i n g & n i g h t

YOGA

朝ヨガ

(7:00~8:00)

夜ヨガ

(21:15~22:15)

8/28(土)

9/3 (金)

担当：藤森

場所：Lakuness

眠い朝でも身体がスッキリ軽くなり、
クリアに目覚める事ができる、朝ヨガ。
一日の疲れを癒し自分の身体とゆっくり向き合える、夜ヨガ。
ぜひご参加ください。 通常予約サイトからご予約下さい。