

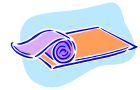


やさしいヨガ

どなたでもできる、基礎からのやさしいクラスです。
ストレス解消や、リラクゼーションに。
やさしい体操や呼吸法で体調を整えます。
健康的な美しさを目指す方にも。
統合医療を実践するフラワーロード服部内科が
バックアップ。安心してご自分のペースで参加できます。

毎週水曜日 夜クラス 18時30分～19時45分
(注;午後クラスはアクティブヨガに変更になりました)

場所:神戸クリニックビル9階 ホール
(フラワーロード服部内科と同じビル)



持ち物:動きやすい服装・タオル

参加費:一回2000円

講師:木村 明代
(社)ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士・鍼灸師・アロマセラピーインストラクター
「きれいになる治療院kerala.

きむら鍼灸院」院長

www.kerala.jp

コープカルチャー西宮や老人ホームにてヨーガセラピーの指導をしています。
生まれ育った神戸を中心に活動中!

ご予約・お問い合わせ:

TEL 078 - 321 - 7654

mail: info@kerala.jp

きむら鍼灸院まで



アクティブ・ヨガ

心身共に働きかけるヨガのパワーで
調和のとれた自分自身を発見しませんか？

ぴかぴかお肌のために・・・

ヨガで眼チカラUP！

呼吸とともにネガティブなものを吐き出しましょう！

代謝を上げましょう！

ヨガでアンチエイジング！

毎週水曜：13時30分スタート

約1時間のプログラムです

場所：神戸クリニックビル9階 ホール

（フラワーロード服部内科と同じビル）

持ち物：動きやすい服装・タオル（たくさん汗をかきます）

ヨガマットは準備いたします

参加費：2,000円

< 講師プロフィール >

守口 なよ

スリランカで8年修行し、
インターナショナル・ライセンス取得

< 予約・問い合わせ：守口なよ >

携帯：080-6542-4078

メール：nayomail@ezweb.ne.jp

主催：フラワーロード服部内科

〒651-0097

兵庫県神戸市中央区布引町3丁目1-7

神戸クリニックビル2階

（三ノ宮駅から北へ徒歩3分）

TEL 078-222-5566