

# 毎月1回 健康 イベント

みんな楽しく

健康になろう！！



毎月第二 金曜日

6.12 21日 10:00 ~ 11:00

【6月はコレ】

## 顔ヨガ

- 顔のヨガ！変顔するよ
- マイナス10歳若返り？！

1回 1,200円 ※入園料込み

完全予約制：0949-23-4187



担当講師：  
しょうこ (shoko)

予告

【7月はコレ】  
チェアヨガ



- 椅子に座ってするヨガ



yoga&granola studio  
NU uenoharu 代表インストラクター