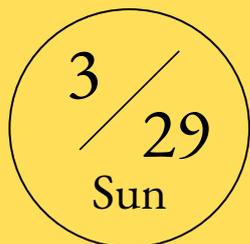


島根県でご活躍の 渡部淳子先生 に
クラスを担当をして頂きます。



8 : 00 ~ 9 : 10朝ヨガ



島根県在住 渡部淳子先生

ヨガを学び、伝え始めてから17年になります。

ヨガのクラスではポーズだけではなくヨガやアーユルヴェーダの
智慧や自分の実践から得た経験などをできるだけ分かりやすく
お伝えしています。グルからの学びは体の健康だけに留まらず
自分の中にある間違った価値観や思い込みを手放すことを
後押しし、人生に大きな変化をもたらしてくれるはずです。

YOGA SPA主催の
資格取得コース
YBC講師です。
皆様のご参加
お待ちしております！