

千住まち YOGA



今回の千住まち YOGA は銭湯の中の「King of 縁側」の呼び声高い、千住元町の「タカラ湯」での開催。

千住を見守ってきた空間で、心地よい雰囲気にもまれながら、気持ちよくからだをほぐしましょう。

2016.03/20 [SUN]

場 所：タカラ湯

東京都足立区千住元町 27-1

受 付：12:30 ~

Start : 13:00 ~ 14:00

参加費：1,500 円 (入浴料込)

持ち物：(1) 運動のしやすい軽装

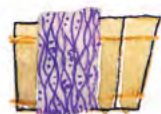
(2) ヨガマット又はバスタオル

(3) 入浴の準備

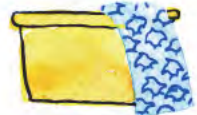
(4) 水分補給の為のお飲み物

※なるべく空腹でおこしく下さい

講 師：MITSUE



タカラ湯 MAP



川波 光枝

講師紹介

MITSUE

ヨガインストラクター

eOs yoga studio 主催

全米ヨガアライアンス 200 時間取得

Blog : <http://ameblo.jp/eosyoga/>

【ご予約お申込み・お問い合わせ】

「千住いえまちプロジェクト」ホームページお申込みフォームからお申込みください。

主 催：千住いえまちプロジェクト (あだちまちづくりトラスト助成事業)

千住まちヨガ事務局：野見山・山崎

e-mail: senju.iemachi@gmail.com

詳細は、千住いえまちのHPでご確認下さい。<http://1010iemachi.jp/>

