

千住まち YOGA



4月のまち YOGA は
「長圓寺 本堂」にてナイトヨガ。

冬で凝り固まった身体を、
春に向けて、ゆっくりときほぐしましょう。

2017.04/02[SUN]

場 所：長圓寺 本堂
東京都足立区千住 4-27-5

受 付：17:30 ~

Start : 18:00 ~ 19:00

参加費：1,000 円

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) 水分補給用のお飲み物
※なるべく空腹でおこしてください

対象者：初心者大歓迎

講 師：MITSUE



長圓寺 MAP



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/>

新しいえまちブレンド

新しいえまちブレンドを調合中。
試飲をして頂く予定です！

produced by AKIBA noën

【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/>