

月 夜^{yo} が^{ga}

ハジメマシタ

月のリズムに合わせて
心と身体を整える



月夜の館で美しい庭園を
眺めながらはじめるヨガ



文化のみち 撞木館

Cultural Path Shimoku Museum



自分の身体とココロを大切に

すること、そして丁寧に生きることを

ヨガを通じてお伝えします。

日々の忙しさから少し離れ、

周りと比べず

人生が

シンプルに楽しくなる、

そんなお手伝いを

いたします。



日時：4/2(火)・4/7(日)・5/12(日)・5/21(火)・

5/26(日)・6/4(火)

火曜日：1部・18時15分〜19時15分 2部・19時30分〜20時30分

日曜日：1部・17時30分〜18時30分 2部・18時45分〜19時45分

(対象：1部は女性のみのクラス、2部は男性も参加可能)

会場：文化のみち榎木館・和室 (名古屋市中区榎木町2丁目18番地)

参加費：1回1000円 定員：各15名(要予約・随時申込受付)

申込：☎052・939・2850 (文化のみち榎木館) 主催：文化のみち榎木館

文化財の和室でお庭を眺めながらはじめるヨガです

ヨガマット貸出(1回500円)あります！初心者や体験してみたい方、お持ちでない方はご利用ください！
(※事前予約制 ※詳細お問合せください)

スタンプカード得点レッスン1回につき1ポイント！10ポイントたると1回無料！

着替えスペース

をご用意しております

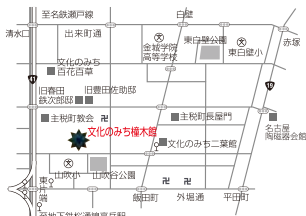
服装は自由(動きやすい服装)

持ち物：ヨガマット、水分補給用の飲料

名古屋市中区榎木町2-18
tel 052-939-2850 (月曜休館 祝日の場合は翌平日)
交通案内：地下鉄桜通線「高岳」下車、1番出口より北に徒歩10分
文化のみち榎木館に駐車場はございません。公共交通機関でのご来館をお願いいたします。お車の方は近隣の有料駐車場をご利用ください。(駐車場割引サービスはございません。)



文化のみち榎木館
Cultural Path Shumoku Museum



講師プロフィール

YURINA

2007年に名古屋でモデル、タレント活動しながら美容と健康の為、またメンテナンスのために始めたのがヨガとの出会い。その後ヨガの奥深さを知り2016年に全米ヨガアライアンスを取得しヨガインストラクターとしての活動を始める。現在は名古屋市内でさまざまなヨガクラスを担当する他、東京都内のチャリティーヨガイベントにインストラクターとして参加。またN.Y生まれのフィットネスであるバレエのクラスも担当する。

