

# “新月 YOGA”

## とヘルシーランチ

～変化・変革・変動 変わる私～

アスリートやハリウッド女優にも人気のヨガ。  
一生つづけられる健康法で体のコリを解消して心に余裕のスペースを。  
楽しく動いておいしく食べましょう。

開催日 2月8日 (木)

会場 ホテルグランドティアラ南名古屋

受付 10:30

ヨガ教室 10:40～スタート

ランチ 12:00～13:30

※受付前に3階の更衣室にて、運動しやすい服装に着替えてご参加ください。

※タオル・飲み物（水・スポーツドリンク）は、各自でご持参ください。

※お支払いは現金のみとなります。

※レッスンへのご参加は自己責任となります。

怪我や痛みのある方はご参加をお控えください。

マット・ブランケット 無料レンタルあり  
マスクはお一人様につき1枚用意いたします

【ヨガ講師】HIRO YOGA HOME主宰  
スポーツクラブ・カルチャースクール講師 ヒロ

講師への問い合わせ LINEのID 0906qaafft

お一人様  
**3,500円**  
ヨガ教室 (60分)  
+  
ヘルシーランチ



◇次回以降のご案内◇ 3/14 (木) ・ 4/11 (木)

※変更の可能性有

お客様と従業員の安全確保の為、感染症予防対策に取り組んでおります。  
・アルコール消毒液の設置  
・従業員のマスク着用  
・ゆとりあるスペースでの実施  
・十分な室内の換気

ご予約・お問い合わせ

ホテルグランドティアラ南名古屋 (新幹線・三河安城駅より徒歩1分)

TEL 0566-72-1122 (代表)