

## 木曜朝のヨガクラス 3月 開講！ \*講師: Chisako



- 8時15分～9時30分 ◎パワーヨガ (朝すっきり。シェイプ効果の高いヨガです)  
10時～11時15分 ◎やさしいヨガ (Basicなやさしいヨガクラスです)  
11時30分～12時20分 ◎ママヨガ♡クラス (やさしいヨガのお子様連れOKクラス)



### 講師: Chisako

\*全米ヨガアライアンス 200h 修了/パワーヨガ・Yin ヨガ講師/  
インド中央政府公認ヨーガインストラクター/ヨーガ療法学会会員/  
タイ王国文部省認定タイ古式マッサージ・フット・ロミロミセラピスト



★入会金 3,000円 ★会費 月3回 4,000円 体験レッスン (500円)

お申込み・お問合せはミントのホームページから

<http://yogini-mint.com/> Gメール [yoga.studiomint@gmail.com](mailto:yoga.studiomint@gmail.com)

ヨガスタジオミント\*旭川市豊岡7条11丁目1-8 (ローソンさん隣)

080-5581-3655 (館林)