

【公開情報】(プラザノースホームページ、掲示板、ファイルで公開する情報)

団体名/サークル名

tao yoga school ~ natural flow ~

大自然の中で  
心地良くカラダを  
重かした様な爽快感

ベーシックなポーズを  
流れる様に組み立てて  
いくスタイルです。



季節ごとに  
ポーズも変化し  
軸を「今の瞬間」  
に戻す作業。

スッキリ detox  
して気持ちも  
ポジティブ!!

# Yoga studio



沈みゆく心  
眺めながら自然と  
カラダがリセットされる。



活動場所

PLAZA NORTH 第3和室

活動日時

隔週(火)or(水) 18:45~19:45  
20:00~21:00

会員数

約20名程度 男女生大歓迎 (Instagram: taoyoggyからDM受付可)

会員要件

明るくポジティブにヨガを楽しめる方 (ドラッグストアのある方の御入会はお断り) させて頂いております。

会費

60分/1500yen (初回体験1000yen) キャンセル料1000yen

お問い合わせ

担当者名: インストラクター tao

電話番号: 090-9681-3499  
(ショートメール受信可)