

# yoga

母乳育児相談所なるさか ヨガ教室

ママのための  
ヨガクラス

こんな方はぜひどうぞ！

- リラックスしたい ●育児疲れをリフレッシュしたい
- 産後の体型を戻したい ●仲間作りをしたい●冷え性
- 肩こり・腰痛 ●便秘・生理痛・生理不順
- 不眠症 ●免疫力向上 ●ストレス・自律神経失調・視力回復

からだすっきり

リラックス

託児あり

(料金別・予約制)

初めてでも大丈夫  
体験レッスン有

★  
ご案内

毎週金曜日  
14:30-16:00

■チケット制 5回9千円(3カ月有効)  
3回6千円(1カ月有効)  
ドロップイン2,500円

■入会金 5千円(テキスト代含む)

■ヨガマット無料レンタル

■託児あり 別途500円

場所/母乳育児相談所なるさか

西宮市樋之池町22-2メソンドヒル301号

(北夙川市民プール前関西スーパー隣)

<http://www.narusaka.jp/>

0798-73-8835

■お申込・お問い合わせ

のうまる かおり  
能丸 香織

TEL:090-3672-8384

E-mail:WhiteEagleFly@gmail.com