



# ラウレア スタジオ イベント

7月19日(日)

## ① 外でココロ開く yoga ～大人パーク Yoga

時間:9:00-10:00

講師:hitoyo&kiyomi

参加費:1,500円 (マット込)



## ② ルービーキッズヨガ～子供パーク Yoga

時間:10:15-11:15

講師:kiyomi

参加費:800円 (マット込)

場所:冷泉公園



## ③ じっくり yoga ～ホールド&リリース

時間:12:00 - 13:30

講師:hitoyo (laulea 主宰)

場所:ラウレアスタジオ

参加費:2,000円 (定員迄名)



## ④ ファスティング\*～わいわいセミナー

### 「溜まったもの解毒したい part2」

時間:15:00-17:00

講師:hitoyo (シニアファスティング コンシェルジュ)

参加費:3,000円 (定員半名)



お申込み

[laulea.yoga@gmail.com](mailto:laulea.yoga@gmail.com)

\*必ずお名前、参加クラス、アドレス、電話番号をご記入ください。



こちらからでもお申込みいただけます。

①-④すべてに対応しています。