

	AM	PM
月	10:00~11:15 (一般・初級) *新居(月2回)富雄 スタジオロータス	ベビーマッサージ *澤村 第1・3・5 富雄 スタジオロータス
火	10:30~12:00 (一般・初級~中級) *中田(月3回)西大寺ギャラリーアオイ	13:30~14:45 (日程はHPにて)
水	10:30~12:00 (一般・初級~中級) *中田 学園前 スタジオ キャロット	15:00~16:15 (マタニティ) *中田 富雄 スタジオロータス
木	10:15~11:45 (一般・初級) *中田 富雄 スタジオロータス	15:15~16:30 (マタニティ) *中田 JR 奈良 岡村産婦人科
金	10:30~12:00 (一般・初級) *中田 富雄 スタジオロータス	15:00~16:15 (マタニティ) *中田 富雄 スタジオロータス
土	12:15~13:30 (産後託児付) *榎本 生駒 杉江産婦人科	19:00~20:15 (リンパヨガ) *新居 富雄 スタジオロータス
	10:15~11:30 (産後託児付) *中田 富雄 スタジオロータス	13:00~14:15 (一般・初級) *戸田(月2回)富雄 スタジオロータス
	10:00~11:15 (マタニティ) *榎本 生駒 杉江産婦人科	
	10:00~11:15 (一般・初級) 第1・3*中田・榎本 富雄スタジオロータス	

お問い合わせは TEL・FAX0742-51-6529 または、090-4303-6187 中田まで。体験料1,000円です。提携産院(HP参照)通院の方とyoga通信を見られた方に限り、入会時に体験料返金。(要予約)。紹介者が中田ヨガに在籍されていて、ご紹介して下さった場合は、体験料無料で、入会されたら紹介者に感謝品を進呈。

掲示板

中田ヨガ整美クラブのHPどんどんアクセスして下さい!
(「奈良 中田ヨガ」で検索できます。)

マタニティヨガ体験料無料 参加者募集!

場所:岡村産婦人科(JR奈良方面) ※詳しくは中田ヨガホームページをご参照ください。

日時:毎月第4週目水曜日 PM15:15~16:30

※安産を目指されている妊娠3ヶ月~の方

上記産院に通院されていない方もお気軽にご参加いただけます。

(レッスン後はハーブティ付)

※只今、即決で入会された方に、入会金5千円→3千円に、体験料は返金させていただきます。

ヨガコースは体験料は1000円。その他、学園前・西大寺教室でも体験者募集中!
お気軽にお問い合わせください。

《yoga通信を置いてくれているところ》(敬称略・順不同)

岡村産婦人科、石井助産院、杉江産婦人科、富雄産婦人科、平野医院、富雄つどいの広場、焼き菓子のHush Hush、託児所 シャローム、ブランジェリーアッシュ(パン屋)、Affinites(美容室)、Tony & Guy(美容室)、アックス(美容室)、ギャラリーアオイ、オーガニックカフェ MILK TEA、託児付パソコン教室アミィ、イタリアンレストラン ラクチネッタ ヤマオカ