



ヨガを生業とし、幼児からシニアまで幅広い年齢層に指導、年間約1000セッション行う

私、**谷 智恵**が、自信をもってみなさんを熱くリードしていきます。

11月1日(水)スタート

水曜日午前コース 9:30~11:30

【スケジュール】

講師： 谷 智恵

水曜日 2時間×8回 9時30分～11時30分

11月： 1日、15日

12月： 6日、20日

1月： 10日、24日

2月： 7日、21日、

3月： 6日(水) 最終課題締め切り→個別コンサル

3月いっぱいSlack利用、動画コンテンツ視聴可

※zoom講座、録画配信あり