



		2/11 (祝)	
10:00			
10:30			
11:00		ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 10:45~11:45 新井紀子	
11:30			
12:00			
12:30		ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 12:30~13:30 鈴木春菜	
13:00			
13:30			
14:00			
14:30		ペルヴィストレッチ 〔骨盤調整〕 Beaura Style 75分 ワークショップ 14:15~15:30 M I C O ・ 井出淳子	
15:00			
15:30			
16:00		ハタ ヴィンヤサヨガ II 75分スペシャル Beaura Style 16:00~17:15 吉橋扶実子	
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			Studio Beaura 03-5459-5751
18:30			
19:00			【営業時間】 平日 10:00~22:00 土曜 10:00~20:00 日祝 10:00~20:00 定休 毎月20日
19:30			
20:00			

ヴィンヤサヨガ II をさらに深めるための
祝日限定クラス！

定員まで
残りわずか！

ケン・ハラクマ氏によるワークショップ開催！ ★・★

来る3月21日(祝) 10時~13時まで、Studio Beaura 代官山にて国内アシタ
ンガーヨガの第一人者ケン・ハラクマ氏によるワークショップを開催いたします。

プライマリーシリーズの練習から呼吸法、瞑想法、座学(ヨガをより深めるための
知識、アサナと日常生活との向き合い方、女性に適したヨガの練習方法について)
等、動いて学べる180分！



- ①お電話で予約(登録会員様、登録されていないお客様)
営業時間中、お電話にてご予約を承ります。
- ②ホームページから予約(登録会員様のみ)
TOP画面より、ご登録時の会員番号(下5桁)とパスワードでログインの上、ご予約ください。
- ③携帯電話よりご予約(登録会員様のみ)
QRコードから携帯電話専用予約サイトにアクセスいただき、ご登録時の会員番号(下5桁)と
パスワードでログインの上、ご予約ください。



QRコード