

# KANENO KUMA GOLF YOGA

## ゴルフのレベルアップの為 ヨガを体感しませんか？

今ちまたで大人気のゴルフヨガ。ゴルフヨガを行うことで、筋力をアップさせ、体のコンディションをしっかり整えることで「飛距離」や「集中力」をアップさせることが可能になります。是非気軽に体験してみませんか？

ヨガスクール講師: *chisato* ーチサトー

美容と健康の為、ヨガに通い始める。気づけばヨガは生活の一部に。段々とヨガの素晴らしさを感じるようになり、2014.3月ハワイにてアシュタンガヨガを学び、全米アライアンス取得。ヨガには繋ぐ、結ぶという意味があるように「体と心は繋がっている」と身に染みて感じる。自分自身との向き合い変化、体幹を鍛え美しいボディ、強い心...より沢山のHappyが訪れますように♡私自身、感じた事など皆様と一緒に共有できたらと思います。



無料体験  
レッスン随時  
受付中！

初心者の方でも気軽に  
できるヨガです

## LESSON START! 2016.1月よりスタート

### SCHOOL INFORMATION

〔レッスン日〕①ゴルフヨガクラス(水曜日)19:00-20:30 ②ビューティークラス(金曜日)14:00-15:30  
③リラクスクラス(土曜日)10:00-11:30 〔レッスン場〕博多金の隈ゴルフヒルズ(詳細はお電話にて)  
〔無料体験実施期間〕1月～2月末までの期間中のみ、無料体験を行っております。

〔必要なモノ〕 【お着替え】 ヨガのレッスン後に着替えが必要になりますので、お持ちください。  
【服 装】 Tシャツ・タンクトップ・ハーフパンツ・スパッツ・ジャージなどの動きやすい服装。

1/20(水)～ ゴルフヨガクラス  
1/22(金)～ ビューティークラス  
1/23(土)～ リラクスクラス

◎無料体験レッスンは下記の期間からスタート！

 博多金の隈ゴルフヒルズ

お問い合わせは  
こちらから

tel. 092-503-6500

(住所) 福岡県福岡市博多区金隈上屋敷 809 (受付時間) 10:00-18:00 まで  
(ホームページアドレス) <http://kanenokuma-ghills.jp>

※記載している情報は2016年1月10日時点での情報です。予告なく内容が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。