

うつぶ・ヨーガ



森 真弓先生

日本ヨーガ禅道友会
認定教師

障がい者支援や高齢者介護に
10年間携わった経験を
活かし幅広い層の方々に
丁寧な指導を行います。

ヨーガでテニスのパフォーマンスもUP!!

柔軟性や体幹を鍛えられる上に精神強化の作用も期待出来る為
練習内容にヨガを取り入れるスポーツチームや選手も多いです

5月～新規開講！初心者の方も大歓迎♪

日時：毎週水曜日 19:00-20:30

料金：1ヶ月(4回)6,000円

場所：靱テニスセンター管理棟3F



春の応援キャンペーン



4/21、4/28(水)18:45-20:00

体験レッスン・1回500円

マットのご用意あります♪

手ぶらでご参加いただけます

お申し込みはフロントまで



モリタテニススクール靱
<https://mtp-tennis.com/utsubo/>

お申込み
お問い合わせは 06-6441-6211