

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5 やさしいヨガ	6	7 やさしいヨガ	8	9 朝ピラティス やさしいヨガ Art実験室	10
11	12 やさしいヨガ	13	14 テーブル茶道 やさしいヨガ	15	16 朝ピラティス	17
18 筆じかん	19 やさしいヨガ	20	21 お香づくり やさしいヨガ	22	23 朝ピラティス Art実験室	24 やさしいヨガ
25 筆じかん	26 やさしいヨガ	27	28 匂い袋作り やさしいヨガ	29	30 朝ピラティス	31

健康エクササイズプログラム



朝ピラティス60

深い呼吸に合わせて身体を動かし
頭も身体もスッキリ!(^)!続けてい
くと『姿勢改善』『インナーマッ
スル強化』などの効果に期待。

インストラクター Reiko

1回60分 料金：1,200円

初回トライアル：500円

10回チケット：10,000円

土曜 8:00 ~

Instagram : studiocucuri



やさしいヨガ

いつかヨガをやってみたいと
思っているあなた。
この機会にスタートしませんか?
未経験からシニアまで大歓迎!

インストラクター Nana

1回60分 料金：1,200円

初回トライアル：500円

木曜 19:00 ~ 火土曜 10:00 ~

日曜 10:00 ~ 19:00 ~

Web : a8 Yoga studio

TEL : 050-3740-4213

レッスンのお申し込みはククリカフェスタッフ、もしくはインストラクターまで♪

TEL : 080-3204-9961 (カフェ直通)

*お電話でのご予約はランチタイム以外でお願いします。

定期開催教室 主催したい方 募集中です!

暮らしの教室は、暮らしをより良くすることをテーマに、カフェで気軽に開催できます。

地域のつながりで、より良い暮らしをお手伝いできればと思っています。

主催されたい方も随時募集しております。

詳しくは、ぜひホームページをご覧ください。

CUCURI 暮らしのカフェ 教室相談窓口

TEL : 080-6785-2255 (ククリ事務局)
ホームページ / LINE公式 「エシカルパーク」

教室情報
を詳しく



スケジュール