

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1 二胡のおけいこ やさしいヨガ	2 二胡のおけいこ	3 朝ピラティス	4
5 プライベートヨガ	6 やさしいヨガ	7 プライベートヨガ	8 二胡のおけいこ やさしいヨガ テーブル茶道	9 二胡のおけいこ	10 朝ピラティス やさしいヨガ Art実験室	11
12 プライベートヨガ 筆じかん	13 やさしいヨガ	14 プライベートヨガ	15 二胡のおけいこ やさしいヨガ	16 二胡のおけいこ	17 朝ピラティス	18
19 プライベートヨガ	20 やさしいヨガ	21 プライベートヨガ	22 二胡のおけいこ やさしいヨガ	23 二胡のおけいこ	24 Art実験室	25 やさしいヨガ クリスタルB
26 プライベートヨガ 筆じかん	27 やさしいヨガ	28 プライベートヨガ	29	30	31	

健康エクササイズプログラム



朝ピラティス60
1回60分
1回 1,200円
10回 10,000円
初回：500円

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

土 8:00

インスタ：studiocucuri



やさしいヨガ
1回60分
料金：1,200円
初回：500円

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

火 9:00/10:20 木 19:00

土日 10:00 など

Web : a8 Yoga studio
TEL : 050-3740-4213



プライベートヨガ
初回レッスン＋
コンサルタント
2000円
コース制

基本マンツーマンレッスンだから、一からヨガを学びた人にピッタリ。食事相談とセットで健康体を目指します。

インストラクター KEI

月・水曜などを中心に
時間を決めて行います。

LINE公式：Yoga salon Olakino
Mail : olakino_yoga@yahoo.co.jp

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。

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