

Original★New!!

ハヌマーン

ヴィンヤサ

フロー

ワークショップ

# Hanuman Vinyasa Flow WS

8月31日(金) 10:00~12:00 ★9:30 Open

定員 10名 要申込・先着順

参加費 3,500円  
★チケットもご利用いただけます。  
3回券+2000円 4回券+1700円 8回券+1800円  
★レンタルマット 200円



インドの猿の形をした神様、ハヌマーンのようなしなやかな身体を手に入れるためのフローヨガ。Kotaが日頃、研究している、ヨガ、ピラティス、マーシャルアーツの動きをミックスしたエネルギーッシュなオリジナルフロー。現代人に必要な下半身の力強さと胸の開きを育みます。



講師 KOTA

★ハヌマーン：風の神ヴァーユから生まれ、怪力と勇気、忠誠心、そして不死の神様。西遊記の

ご予約はホームページから <https://takaoyoga.jimdo.com/>



八王子市初沢町 1263-1