

YOGA & LUNCH

YOGA INSTRUCTOR MARIKO

ミュゼ四ツ池
ヨガ&ご褒美ランチ
3,500円 税込



■ 受付 10:00 ■ YOGA 10:30~11:30 ■ LUNCH 12:00~13:00

ランチメニュー 野菜たっぷりの前菜・季節を感じるスープ・お腹も喜ぶメイン料理・ヘルシーなデザート

7/22(月) 心と体のリフレッシュヨガ

8/19(月) 夏の疲れリセットヨガ

9/30(月) 癒しのアロマリンパヨガ

- メイクルームのご用意がございます ■ 動きやすい服装で参加ください
- ヨガマットをご持参ください …レンタル有(100円) *ご予約時にお申し付けください
- 苦手な食材があればご予約時にお申し付けください



ヨガインストラクター Mariko

3歳からバレエを習い、洗足学園音楽大学にてミュージカルを専攻。卒業後は、東京ディズニーリゾートにてショー・舞台に出演。癒し環境の世界に興味をもち、2016年全米ヨガアライアンス認定200時間(RYT)を取得。その後、浜松にあるマイトリーヨガスタジオに所属し、バラエティ豊かなヨガクラスを担当。スタジオ内に限らず、様々な場所でイベントを実施。