

一人一人のお悩みに合わせて、ヨガ、ピラティス、筋トレ、ストレッチ等を使ってケアしていきます。



御囲 ひろみ

〈料金〉
60分 6,600円

〈実施日時〉
要相談
※お気軽にお尋ねください

〈得意分野〉
ヨガ、筋調整ヨガ
マットピラティス
バレエピラティス

〈資格〉
・全米ヨガアライアンスRYT200
・筋調整ヨガ®指導者養成講座修了
・VIANA METHOD YOGA TEACHER TRAINING COURSE修了
・Wellness Colours Academy マットピラティス講座修了

〈料金〉
60分 6,600円
30分 3,300円

〈実施日時〉
要相談
※お気軽にお尋ねください

〈得意分野〉
ヨガ
マットピラティス
ピラティスリフォーマー

〈資格〉
・Wellness Colours Academy
ヨガ、ピラティス、リフォーマー
養成コース修了



ひとこと
がんばりたい日も、
ゆるめたい日も。
体に合わせて
サポートします。

前田 知香

身体も心も
整える時間に
しましょう！



藤原 麻由

〈料金〉
60分 6,600円

〈実施日時〉
要相談
※お気軽にお尋ねください

〈得意分野〉
ヨガ
マットピラティス
ピラティスリフォーマー
栄養学

〈資格〉
・全米ヨガアライアンスRYT200
・シニアヨガ100時間修了
・Wellness Colours Academy
リフォーマーピラティスインストラクター資格
・BESJマットピラティスインストラクター資格
・マタニティピラティス産前資格
・調理師免許