



ヨガ教室

in アスリススポーツジム【11月】



アスリス会員様に向けたヨガ教室を開催いたします！

参加費は無料！ ご予約無し！ 当日参加も可能！

皆様 ぜひお越しください！

開催場所 アスリススポーツジム 2F スタジオエリア

※ヨガマットの数には限りがございます。マットをお持ちの方はご持参下さい。

※レッスン時間は1時間です。途中参加はお断りさせていただきます。

11月	2025年（令和7年）	ヨガレッスン スケジュール				講師：湯原 竜也
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	30	31	31	1
2	3 19時スタート	4	5 19時スタート	6	7	8
9	10 19時スタート	11	12 19時スタート	13	14	15
16	17 19時スタート	18	19 19時スタート	20	21	22
23	24 19時スタート	25	26 19時スタート	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

<ご挨拶>

皆さん、初めまして♪ ヨガを担当させていただきます。『たつや』と申します^^

茨城県を中心に活動しております。ヨガは継続する事で体だけでなく、

心もポジティブな変化が現れます。

是非この素晴らしいジムで、一緒に楽しみましょう♪ どうぞ宜しくお願い致します。

湯原 竜也

Instagram @tatsuya.yoga

【アスリススポーツジム】

〒311-1504 茨城県鉾田市安房 1418-39

TEL.0291-32-7001

