

自分には難しいかも…と思っていた
あんなポーズやこんなポーズも
ゆっくり丁寧に進行いたします。
ポイントは頭皮マッサージ付きなこと！
頭皮の血行が良くなると
美髪・小顔・リフトアップなど
いいことだらけって知ってましたか？

憧れの
王道
ヨガポーズ

ほうれい線予防
頭皮
マッサージ

期間限定 4月~6月 SPECIAL LESSON

よ
and
び
Beauty
YOGA