

# 「長寿になれるハピコロヨガ」教室

ハピコロヨガは“体の浄化”、“リラクゼーション”、そして“意識の改革”の3つを目指す“養生ヨガ運動法”です！！

日時 毎週 月曜日

午前10時～午前12時（ヨガは90分位です）  
ただし、月曜日が祝日の場合は、お休みとなります。

場所 一般社団法人 全日本少林寺気功協会内

〒162-0051 東京都新宿区西早稲田2丁目9-16  
東急ドエルアルス早稲田205号

◆利用可能駅は、早稲田駅（東西線）8分、高田馬場駅（JR）15分、西早稲田駅（副都心線）10分、最寄りのバス停は「西早稲田」です。



講師 豆澤 慎司



←入口

東急ドエルアルス早稲田205号に到着。どうぞ正面中央入口階段をお上がり下さいませ。突き当たり左側です。



## 料金

初回（体験）は、500円（税込み）です！！

通常の参加費は、1,500円（税込み）になります！！

※参加された際、その都度お支払いになります。

◆毎月、ハピコロ通信をお渡ししております。

ヨガマット、またはバスタオルなど、忘れずに！



体験レッスンは、予約、または連絡をせずに参加できます。  
目安として、始まる20分前には、どうぞお越しくださいませ。