

チェアヨガ教室8/24開催しました♪



スタッフ数名も一緒に参加しています。
スタッフより入居者様の方が先生のおっしゃる
とおりにできており😊、毎回驚かされます！
あっという間の50分間です♪

2026.8.24 サンカルナ小倉大手町

イスに座って
おこないます！



講師：埜村 晃代（タオムラ アキヨ）先生/日本アイアンガーヨガ協会認定指導員レベル2/日本ヨガ療法学会ヨーガ療法士