NIHON BED

就寝前のリラックスヨガ

日本ベッド名古屋ショールームにて
〈ヨガセミナー〉を行います。
ぜひご参加くださいませ。

～ベッドの上でできる美容貯金～

良質な眠りにつき、
快適でアクティブな毎日を送るために。
心身ともにリラックスして
一日のストレスをリセットする…
そんなヨガをお伝えします。

ヨガインストラクター　山田尚美さん

2人の娘のママヨガインストラクター。2007年、2人目を妊娠中にマタニティヨガを始める。その後ヨガで体の変化を実感しもっとヨガを広めたいとヨガを勉強。2013年3月YMCメディカルトレーナーズスクール名古屋校卒業。
2013年5月よりNAOMIヨガ教室を始める。
・国際ホリスティックセラピー協会認定ヨガインストラクター2級
・国際ホリスティックセラピー協会認定マタニティヨガインストラクター

山田尚美さんのブログはこちらから

日時

① 12月 7日(木) 18:00～19:30

② 12月17日(日) 10:30～12:00

会場 日本ベッド 名古屋ショールーム

■定　員／各日先着6名
■参加費／500円

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。
＊お着替えのスペースございます。

会場：日本ベッド名古屋ショールーム

【お問合せ・申し込み】
日本ベッド 名古屋ショールームへメールまたは直接お問合せください。

お申し込みの方は、メール本文に下記必要事項を入力していただき、名古屋ショールーム宛に送信してください。　＊可否は追ってご連絡を差し上げます。
1. 参加希望日　　2. 参加人数・参加者氏名

▲名古屋ショールーム：nagoya-sr@nihonbed.com

TEL. 052-218-2663
定休日 / 火、水、年末年始（木曜日 不定休）
営業時間 / AM11:00 ～ PM6:00