

ベッドの上でできる美容貯金

就寝前の リラックスヨガ

ショールームにて開催！
ぜひご参加ください

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。

日時 **11/30 (木) 18:00~19:30**

会場 **日本ベッド 名古屋ショールーム**

定員：先着5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。



・地下鉄桜通線「国際センター駅」2番出口より徒歩5分
・名古屋市基幹バス 桜通伏見 バス停より徒歩1分

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。**

〈メール〉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。

1. 参加希望日 2. 参加人数・参加者氏名

*可否は追ってご連絡を差し上げます。

〈電話〉名古屋ショールーム TEL.052-218-2663

[定休日 / 火、水、年末年始 (木曜日 不定休) 営業時間 / 11:00~18:00]



〈名古屋ショールーム〉
nagoya-sr@nihonbed.com



山田尚美さんの
ブログは
こちらから

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。

