

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

12/18(木) 18:30 ~ 20:00

会場

日本ベッド 名古屋ショールーム



・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

[定員]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。

お問合せ・申込み 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



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。



山田尚美さんのブログは
こちらから

