

# スタッフ通信

9/15 から教室の募集が始まります!

お待たせいたしました。

年度当初の予定とは大きく変わってしまいましたので、ご確認をいただければと思いますが……

例えば ① 体操教室など共有する道具・器具を使わないように  
します。

② 指導者との接触を極力少なくします。

③ ヨガマットなどの貸出は中止します。

④ ソーシャルディスタンスを取るために定員を削減します。

などなど……

教室名が変わり、内容も変っている教室もありますので、

お申し込みの際には、詳細の確認をお願いいたします。

会議室でやっていた各ダンス教室も2階談話コーナーに移動します。

わからないことなどはお気軽にお問合せください!

新型コロナウイルス感染状況により予定が変更される場合もございます。

オフィシャルホームページ等のチェックをお願いいたします。

ヨガインストラクターのみちこ先生がオンラインレッスンを始めたそうです!

ご紹介しまーす❤️



こんにちは、黒岩みちこです。

このコロナ禍で、心も身体も疲弊していると思います。

こんな時こそ、アイソメトリックヨガを行い、本来持っている自分の力を発揮させたいですね!

とてもシンプルな動きなので、オンラインでも安全に行えます(\*^^\*)

強く、しなやかに、動きやすい身体を作りましょう!

クラスの紹介 ○Instagram michiko kuroiwa(Tao yoga.)

連絡先 ○メールアドレス [iwasaki@michi-yoga.com](mailto:iwasaki@michi-yoga.com)

碑文谷の教室も再開しますが、オンラインなら尚更安心ですね!

まずは、みちこ先生にお話を伺ってみたいかがでしょうか?

