

ヨガ・ボディワークスタジオ

ponte ● spazio

ポンテ・マル・スパッツィオ

忙しい日常の中で
ひと息つく時間



自分自身を大切に、充実した毎日を

少人数制の丁寧なレッスン

玄関を入るとアロマの香り、スタジオは木のぬくもりが溢れる落ち着いた空間。

ゆったりとした空間で伸び伸びとカラダを動かして深い呼吸をすることで、ココロもカラダも元気に。

手ぶらでヨガ30分 1000円現金払い

★免疫向上ヨガ

月曜日10:00
~10:30

★温活ヨガ

第2・4土曜日10:40
~11:10

私服OK

はじめての方
OK

体が硬い方
OK

マットレンタル
無料

