

創立 17 年

BMY スタジオ

リニューアル記念イベント

～みんなの為にヨガ&エクササイズスタジオ～

10日

11/10・11

11日

10:00～11:00

★産後の調整 ママヨガ&ベビー / みのり

11:30～12:30

★やさしいダンスフィット / みほ

13:00～14:00

アンチエイジングヨガ / 道子

14:30～15:30

こてこてハタヨガフロー / 理恵子

16:00～17:00

★身体にやさしいHOT YOGA / 道子

10:00～11:00

★すっきりヨガ棒～背中美人編～ / ひさこ

11:30～13:00

michiko style Flow Yoga / 道子

13:30～14:30

★若返りのバレトン / あき

15:00～16:00

★美ボディーヨガワークアウト / 菜代

*ママヨガ&ベビー お子様連れOK

**マーク 初心者OK

*道子クラス¥1000・その他のクラス¥500

リニューアル記念 BMY マルシェ 同時開催!

- 無農薬野菜と美味しいスパイス 身体が喜ぶインドカレー/ LampK *11日のみ
- こだわりの新鮮無農薬野菜!の販売 / ふあーまーささ
- リフレッシュアロマヘッドマッサージ (15分¥1000)
- 耳つぼストーンセラピー&耳つぼ音叉療法 (付け放題¥2000)
- 毛細血管チェック～自分の毛細血管を見てみよう～(1回¥500)
- もちもち発酵玄米のおいなりさんと旬の野菜デリ/ 里玄米 *10日のみ

みんなで
きてね!

BMY 看板犬 もん



BMY 野毛山スタジオ

神奈川県横浜市西区老松町23-2

(JR 桜木町より徒歩12分 / 京急日ノ出町より徒歩8分)

bmy-studio@willcome.com 070-6469-3035