運動？瞑想？
今年
なにしようかな？

現代人の必須アイテム
運動と瞑想
やっていますか？

運動 × 瞑想
最新脳科学とのコラボ

ILCHI BRAIN YOGA

一般的なヨガとは違います。
年齢・体力に合わせて無理なく可能
初心者大歓迎！男性もOK♪

天王寺スタジオ
06-6626-9855
【火～日】10:00～21:00
【定休日】月曜日・祝日
ilchibrainyoga.com