

会員各位

ヒロコ・ヨーガランド
《新ルール》

- ①レッスンは、ひとクラス2~3名でおこないます。
- ②マスクとフェイスタオルは、必ずご持参ください。
- ③マッサージは肩と背中と頭の側面のみで行います。マッサージ中は、マスクを付けてお互いの飛沫を防止しましょう。

令和2年5月8日

ヒロコ・ヨーガランド主宰
奈良弘子

