

042-438-4010
042-438-3026
西東京市役所 代番(042-438-1311)
042-464-1311
小平市 防災安全課(防災安全係)
042-346-9519
八王子市 防災対策課
042-470-7769

<中継用 PHS (携帯) 番号>
① ワイルコム1 (070-6949-8811)
② ワイルコム予備 (070-6949-8811)

消火器
FIRE EXTINGUISHER
使用

からだ
YOGAで
① なかまる心と身体
② がられる呼吸で
③ がらりと変わる
④ んる自由で平和な日々を♪

深い呼吸でリラックス
集中すると気持ち良い

少人数制 ヨガスタジオ
YOGA KUTI 空
ヨーガクティクウ

体験レッスン
受付中！
¥2,000

低価格のヨガをぜひと立ち止まって、
リラックスしませんか？
静かに自分を見つめる時間は日常の生活を
豊かにしてくれます。丁寧に呼吸に寄り添いな
がら動いて心身を鍛えていきましょう。

- 未経験の方、大歓迎です！
- レンタルマット無料。
- お好きな回数持ちこたえます。
- プライベートレッスンも承ります。

クラス内容(女性限定) 1回90分
●ベシクヨーガ ●セントラヨーガ ●ヨーガニドラー ●瞑想
営業時間 火・水・木・土・日 10:00~11:30/13:30~15:00/19:15~20:45

少人数制ヨガスタジオYOGA KUTI 空 西東京市役所 徒歩5分
東京都立川市1-7-31 NAKA HOUSE 302
090-5192-3595 <https://www.yogakutikuu.com/>

YOGA KUTI 空
少人数制ヨガスタジオ
西東京市役所 徒歩5分
東京都立川市1-7-31 NAKA HOUSE 302
090-5192-3595 <https://www.yogakutikuu.com/>