

インストラクター

くぼた ゆう

窪田 YUU

■血液型 B型

■担当レッスン

イシュタヨガ

ママヨガ

呼吸を深めるやさしいヨガ

■資格・経歴

in Styleマタニティーヨガ修了

in Styleヨガインストラクター修了

YOGAed・Pre-Kキッズヨガ修了

全米ヨガアライアンスRYT200修了

■お客様に一言

ヨガを始めたいけど体が固い…

ポーズに不安が…私自身もそうでした。

“イシュタ”とは個人という意味で、

個人を尊重するのがイシュタヨガです。

たった一つの大変なお身体、ヨガでご褒美をしませんか？

