

【愛犬】

ハナコ

藍子



【資格】

- 全米ヨガアライアンス認定 RYT200 修了
- チェアヨガ指導者養成講座 修了
- 骨盤アプローチヨガ ベーシック講座 修了
- 解剖学アドバンス講座 修了
- アーユルヴェーダ ベーシック講座 修了
- 認定心理士 修了
- ドッグヨガアドバイザー®

【活動場所】

大阪府(主に大阪市) / 兵庫 / 京都

PROFILE

こんにちは、藍子(AIKO)です。

大阪市内(主に天満橋・谷町四丁目エリア)にて、ヨガ・ドッグ
ヨガの少人数制レッスンを行っています。

解剖学に基づく初心者の方でも無理なく動けるレッスンです。

心とカラダは繋がっているのです、固まっていた筋肉を動かすと
心もほぐれます。ドッグヨガでは、愛犬や大切な動物たちと一
緒にヨガを行い、更に心を優しく温かく満たしていきましょ
う。今をもっと大切に。もっと心地良く。

ヨガ・ドッグヨガを通して、そんな時間をお届けしています。