

7月 8月

1コインYOGA

YOGAで夏をEnjoyできるカラダに

内 容

かんたんヨガ



日 程

7月 15日(日)・29日(日)

8月 ~~12日(日)~~

8月12日(日)は特別編に変更になりました。
内容は・・・楽しみに～♪

時 間

10:30～11:30

注]レッスン開始時刻までにスタジオにお入りください

場 所

ふくみっプール 2階スタジオ

担 当

中島 淳美 インストラクター

持ち物

飲料水・汗ふきタオル

※裸足で行いますのでシューズは不要です

参加費

1回 500円 (当日受付にてお願いします)

入館料

410円

申 込

当日受付 ※定員20名

嬉しいPoint①

初心者向けだから
どなたでも安心して
気軽に参加できる!!

嬉しいPoint②

都合のいい日だけ
運動したい日だけ
レッスンに参加できる!!

<問合せ先> 南砺市ふくみっプール ☎0763-52-8801