

夏はヨガの季節。
そこに理由なんて…
いりませ～ん！！

1コインYOGAヨガ

内 容	かんたんヨガ
日 程	7月 9日(日)・17日(月・祝) 8月 13日(日)・27日(日) 9月 3日(日)
時 間	10:30～11:30 <small>注】レッスン開始時刻までにスタジオにお入りください</small>
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 ※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いたします)
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