

4月 5月 6月

1コイン^ヨガ^ガ YOGA

春からはじめよう “YOGA life”

内 容 **かんたんヨガ**

日 程 4月 15日(日)・29日(日)
5月 6日(日)
6月 特別編を企画中です…

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 ふくみつプール 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!!

500