

春、  
出逢いの季節。  
ヨガで新しい自分に。

# 1回インYOGA

## 内 容 **かんたんヨガ**

日 程  
4月 9日(日)・30日(日)  
5月 7日(日)・21日(日)  
6月 特別編企画中…

時 間 **10:30～11:30**

※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 ※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!!

