



問合せ・申込み
中央体育館
054-255-1010

ホームページから
も見られます

男性 ヨガ & ストレッチ教室

CHECK LIST

- 男性限定!
- 初心者歓迎!
- お仕事帰りOK!

日時

1月14・21・28日
2月4日
(全て金曜日)
19:00~20:00

場所

中央体育館3F軽運動場

申込み

12月3日(金)10:30~

電話・窓口にて受付開始

(先着順、窓口優先、定員になり次第締め切ります。)

・医師に運動を止められていない

20歳以上の男性(学生を除く)10人

・受講料 2,800円(全4回分)

※受講料のお支払いは、1月7日(金)20時まで中央体育館窓口へ

・持ち物 飲み物、タオル、マスク、ヨガマット又はバスタオル