

# 女性ヨガ教室

「呼吸」や「姿勢」を組み合わせ、  
緊張を解きほぐし、心身ともにリフレッシュ!

日 時: 5月15日(水)~7月24日(水) (6/5,7/3を除く毎週水曜日) [全9回]

13時30分~14時30分

会 場: 西ヶ谷総合運動場 屋内プール 2階会議室

対 象: 18歳以上の女性(医師から運動を止められてない方)

受講料: 4,500円

定 員: 20名

申込み: 5月8日(水)13時から会費持参の上、管理棟窓口において、

先着順で受付を行います。

問合せ: 054-296-1900 (西ヶ谷総合運動場)

リピーター多数!!

また教室をやって欲しい

そんなお言葉をいただく

大人気の教室です!

