

ヨガ (午前)

短期コース

7/20~8/10 (全4回)
水曜日 10:00~11:00

会場

東総合スポーツセンター
会議室

参加料

2,600円 (一般)
※1回参加なし

定員

8名 (定員を超えた場合抽選)

講師

田村 美菜子 先生



様々なポーズを呼吸に
合わせ流れるように行う
ヨガの基本クラスです。

【申込方法】 6/19(日)までにホームページ専用申込フォーム、
または 窓口にて受付。

問い合わせ先 東総合スポーツセンター TEL025-272-5750