

進修館の講座 第六弾 好評につき金曜の新コースを開設！

春のナイトヨガ

カラダの内から
トリックス〜ウ
ィト

19時30分～20時30分

水曜 コース全5回 受付開始日：4/1より
4/12・19・26 5/10・17

金曜 コース全5回 受付開始日：3/7より
4/14・21・28 5/12・19

定員：25名

場所：進修館 小ホール

持ち物：ヨガマットまたは大き目のバスタオル

動きやすい服装

費用：各2,500円

講師：水曜コース/ 中野昌子氏 (ヨガインストラクター)

：金曜コース/ 相澤香織氏 (米国クリバルセンター公認ヨガ教師)

受付：電話または窓口受付 (進修館)

進修館 /0480-33-3846 9:00～21:30