

参加者募集

主催 総合型スポーツクラブみやしろ

ヨガ

6月12日(水)、26日(水)、7月10日(水)、24日(水)



ヨガ 10:10~11:10
ティタイム 11:10~11:30



ヨガでリフレッシュ!
アンチエイジング効果もあります。



会場 進修館 和室
対象 一般成人
定員 20名(申込順)
持ち物 飲み物、タオル、バスタオル(ヨガマット)
参加費 初回体験会 500円
2回目~4回目まで 1500円
保険代・会場費等
会員はチケット払い可
申込み 参加希望日2日前までに
総合型スポーツクラブみやしろへ
お申込みください。



講師 小川恵子氏
プロフィール

ヨガとの出会いは20年ほど前から。7年ほど前から、日々の健康に役立つ情報を伝えながら、自身もヨガを楽しんでいます。

総合型スポーツクラブみやしろ

- ・専用電話080-8821-0716
- ・Eメールアドレス miyashirosc@gmail.com

