

屋内こども広場の フィットネス

アクティブヨガ～中級～



身体を動かすことが好きな方
大歓迎！ヨガの呼吸で
リラックス効果をもたらしませんか？

10月27日(月) 10:00～11:00

申込期間：9月25日(木)10時～9月29日(月)12時 窓口または電話にて受付

※講座にご参加いただける方のみ申込開始日より1週間前後にご連絡いたします

対 象 : 18歳以上※高校生は保護者の同意が必要です

定 員 : 10名

参加費 : 500円

※キャンセル料は開催日前日から全額頂戴いたします

※保育代含む / 要申込(保育対象1歳～未就学児)

こども1人増えるごとに追加料金250円頂戴いたします

持ち物 : 水分補給のための飲み物、ヨガマット、タオル

※動きやすい服装でお越しください

会 場 : シリウス3階 多目的室



講師
渡邊 勢子先生

【申込み・お問い合わせ】TEL:046-259-7592

天候や交通機関等の状況により中止・延期となる場合がございます。
ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。