

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？

1月9日(木) 10:00～11:00

申込期間：12月2日(月)10時～12月6日(金)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てください

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。