

# らくらくヨガ

大人気のヨガ教室！  
当館人気の先生が指導します

ヨガのポーズと呼吸法で  
美しい体に！



日程	1月 11・18	2月 1・15・29	3月 7	月曜日 全6回
時間	15時10分 ~ 16時00分 (50分)			
場所	狭山台体育館 小体育室			
対象	高校生以上			
定員	20名 (先着順)			
料金	全6回 2,500円			
受付	事前申込：参加料金を添えて受付窓口へ 12/7 (月) 16時より受付開始			
備考	* 運動の出来る服装と室内シューズをご用意下さい。 * 教室申込み後のキャンセルに伴うご返金は致しませんので 予めご了承下さい。			

※ お問い合わせ：狭山台体育館 受付窓口 04-2958-1201

狭山市立地域スポーツ施設指定管理者  
シンコースポーツ・サンワックス共同事業体