

KaQila

8月限定



～カキラ～

金曜日開催

ろっ骨を中心とした関節により身体の機能を高める全く新しいエクササイズです。

どなたでもできて、ゆっくり、やさしく、がんばらない、たった1回の参加でも何らかの効果を体感できます。

当日申し込みクラス 1回300円



日時	8月 2・9・16・23・30 (全5回)	曜日 金曜
時間	11:00～12:00 (60分間) 毎週金曜日開催	
場所	西楽園 2F 会議室3 (施設の利用状況によりお部屋が変わることがあります)	
定員	15名 (先着順)	
料金	1回 300円 ※教室前または終了後60分以上のご利用は別途施設入館料がかかります。	
受付	西楽園 事務所窓口にて開館(9時)より受付開始 先着順。定員になり次第締め切りとなります。	
備考	1回参加型の教室です。その都度参加料をお支払いください。 運動のできる服装でご参加ください。くつは不要です。 他の方の代理手続きは出来ません。 指導員の都合により開催日の変更が発生する場合があります。 教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。	