

木曜クラス
～2部～

ストレッチヨガ



どなたでもご自由にご参加いただけます！

1月限定★追加クラス

ヨガブロックを使うレッスンです！

ブロックを使う事で無理なくより効果的に安定したヨガポーズを組むことができます。1月の限定レッスンです！！

当日申し込みクラス 1回300円

日時	1月 9・16・23・30	曜日 木曜
時間	14：45～15：30（45分間） 毎週木曜日開催	
場所	西楽園 2F 会議室1・2（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	20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ください。	
	運動のできる服装をご用意ください。	
	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。		