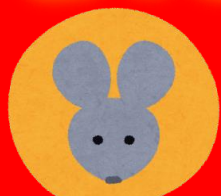


# KaQila



1月限定  
クラス



2020

# カキラ



1月の「カキラ」は当日申込み教室になります。

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。

日時	1月10・17・24・31日(金)
時間	12:30~13:30(60分)
場所	2階 会議室3・2
定員	20名(定員になり次第締切り)
料金	300円 ※教室前または終了後60分以上の施設のご利用の場合は別途入館料が必要です。
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	他の方の代理手続きはご遠慮ください。 運動のできる服装をご用意ください。 飲み物・タオルをご用意ください。くつは不要です。