

KaQiLa～カキラ～

肋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。

事前申込みクラスです！8回2400円



日程	2月	3月	曜日
	3・10・17・24	2・9・16・23	水曜日
時間	17:30～18:30(60分)		
場所	西楽園 2F 会議室(2)(3)		
定員	20名 (事前申し込み制)		
料金	全8回 2400円(事前払い) ※教室終了後60分以上の施設ご利用は別途施設入館料がかかります。		
受付	1月11日(月)より受付窓口(10時～)及び電話での受付。 ※窓口優先 電話申込は12時より受付。		
対象	高校生以上		
備考	運動のできる服装をご用意ください。		
	事前申込みの教室となります。開催予定をよくお確かめの上ご参加下さい		
	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。		