

当日申込み
クラス

ヨガと

12・1月
限定

バランスアップ。

★身体を柔らかくする柔軟体操、ゆっくりとしたポーズの中で
身体の強張りや緊張を取り除きます。

初めての方でも無理なくご参加いただけます。

2月～は事前
申込クラスにな
ります！



当日申込み教室です!!

★ 1回300円★



日時	12月	1月
	7・14	11・18・25
時間	14:00～15:30(90分間) 毎週金曜日開催	
場所	西楽園 2F 会議室2・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	25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。	

