

当日申込み
クラス

ヨガと



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。

10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	8月	9月	曜日
	2・9	6・13・20・27	金曜
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。			