

木曜日開催

当日教室

ゆらぎのヨガ



心地よい音楽と癒しのヨガで、心と体を整える。
緊張から開放され、リラックスした自分と向き合える
大切な時間となります。

初心者の方でも、腰や膝、肩の痛みが心配な方でも
安心してご参加いただけます。



担当：唐澤

日程	6月5. 12. 19. 26日	7月3. 10. 17. 24. 31日
時間	13：30～14：30（60分）	
場所	西楽園 2階 会議室1・2	
定員	20名（先着順） 18歳以上の方（高校生を除く）	
料金	1回 600円（当日支払い） ※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。	
持ち物	タオル・フタが閉まる飲み物（ビン・缶以外）	
備考	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。	