

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	4月3.10.17.24日	5月1.8.15.22.29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。	