

ビューティー ヨガ教室 (午後)



ヨガの基本は呼吸です。普段より深く味わう呼吸法とポーズの一体感を深めていきます。
全身をほぐすことでコリを取り、しなやかな体づくりを目指します。



- 日時 令和3年4月13日から6月22日まで
火曜日 13:15~14:15 (全10回)
- 講師 三枝 由香理 先生
- 定員 20名 (女性限定)
- 受講料 5,500円
※スポーツ安全保険加入希望の方は1,850円が必要です。



日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
4月 13日	4月20日	4月27日	5月11日	5月 18日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
5月25日	6月 1日	6月 8日	6月15日	6月22日

申込日：令和3年3月23日 (火) 14:15~14:30

- 申込み当日に来られない方は往復はがきでの仮申し込みが可能です。(3/22必着)
抽選になった場合は当日会場にいらした方が優先になります。
空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室を変更・中止する場合があります。
最新の情報はホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。

