

癒しのヨガ教室

A・B

ゆったりとした動き・ポーズで全身のコリをほぐし、全体的に伸ばすのでリラクゼーション効果抜群です。
初心者の方でも気軽にご参加いただけますので、
日々の溜まった疲れを取りに来られてはいかがでしょうか。
男性の方も参加できる教室です。

●日時 令和3年4月1日から6月10日まで 木曜日

A 18:30~19:30

(各全10回)

B 19:45~20:45

※コースをまたいでの受講はできません

●講師 渡邊 叔恵 先生

●定員 各20名

●受講料 各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 1日	4月8日	4月15日	4月22日	5月 6日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
5月13日	5月20日	5月 27日	6月3日	6月10日

申込日：令和3年3月11日（木）19:30~19:45

- 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。（3/10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。

