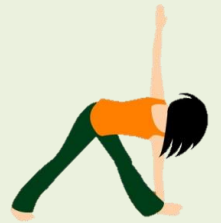


ビューティー ヨガ教室 (午後)



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 13:15~14:15 火曜日 (全10回)
- 講 師 三枝 由香理 先生
- 定 員 30名 (女性限定)
- 受講料 5,500円

※当館主催の教室は教室傷害保険に加入しております。



日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
10月11日	10月18日	10月25日	11月1日	11月8日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
11月15日	11月22日	11月29日	12月6日	12月13日

申込日：令和4年9月13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。(9/12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。

