

骨盤調整ヨガ

月曜日

A 10:00~11:00

B 11:15~12:15

C 12:30~13:30

D 13:45~14:45

講師 正木 祥子



お申込みは電話、又は加古川市立総合体育館フロントまで！！

骨盤の歪みは健康と美容に影響します。
骨盤を整えて「美」と「健康」を！！

日 程 4/4・11・18・25 5/9・16・23
6/6・13・20

場 所 選手控室

定 員 各12名(先着順)

受講料 10,000円(全10回)

対 象 16歳以上

持ち物 運動できる服装・飲料水・タオル

日程は変更になる場合がございます。
予めご了承ください。

加古川市立総合体育館
〒675-0047
加古川市西神吉町1010
TEL 079-432-3000
FAX 079-431-5700