

リラクゼーションヨガ

火曜日

11:15~12:15

講師

飯島 千鶴



お申し込みは電話、
又は加古川市立総合体育館フロントまで！！

肩こり・腰痛・むくみに悩んでる方！！
毎日ぐっすり～お休みできます zzz・・・癒し効果◎

| | | |
|-----|-----------------|-----------|
| 日程 | 1/16・23・30 | 2/6・20・27 |
| | 3 /6・13・20・27 | |
| 場所 | スタジオ | |
| 定員 | 12 名 | |
| 受講料 | 10,000円(10回) | |
| 対象 | 16歳以上 | |
| 持ち物 | 運動出来る服装・飲料水・タオル | |

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