

シェイプヨガ

木曜日

10:00~11:00

講師 上杉 忍



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！！

**むくみ・冷え性を改善！
健康ポティーを作しましょう~♡**

日 程 4/14・21・28 5/12・19・26
6/2・9・16・23

場 所 スタジオ

定 員 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。
また、ウイルス感染拡大防止の観点から定員を制限
させて頂いております。予めご了承ください。

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