

ヨガWイベント開催！！

12月5日 土

大好評につき
第2弾開催決定



1部

ゆったりストレッチヨガ

ゆっくりとした動きで、呼吸を深くすることで心が落ち着き、身体の余計な緊張がとれることで全身の心地良さを感じるヨガです！！

時間 : 10:00~10:40

参加料: 500円

2部

1部・2部
両方参加で
1,000円

対象 16歳以上

定員 各30名(先着順)

人気イベントによりお早目のご予約を!!

準備物 タオル・飲み物
マット貸出有

今年の疲れをとって、
スッキリしたからだで
来年を迎えましょう♪



体幹

美ボディーヨガ

理想の美しい身体を手に入れよう！
ブシない身体を手に入れ
しなやかなボディーラインを目指す
ヨガです！！

時間 : 11:00~11:50

参加料: 700円

お問合せ先

府中市立総合体育館 (TTCアリーナ)

府中市土生町416-4

TEL (0847) 41-8500

← ご予約はこちらまで!!