

健康ヨガ教室 無料体験会

府中市立総合体育館(TTCアリーナ)

姿勢改善

7月4日(木) 10時30分～11時30分

くびれヨガ

7月5日(金) 14時00分～15時00分

対象：16歳以上

持ち物：タオル、水分補給用の飲み物

※無料の貸し出し用ヨガマットがございます

日常を忘れて、心身ともに気分転換しましょう
肩こりや腰痛などの身体の不調の改善にも効果的
運動が苦手な方、身体が硬い方でも始められます

TEL：0847-41-8500

お問い合わせ先

府中市立総合体育館 (府中市土生町416-4)

指定管理者 シンコースポーツ・ベッセルテクノサービス共同企業体

TTCアリーナ ウェブサイト公開中!

<http://www.shinko-fuchu-hiroshima.com>

