

肩こりや腰痛の改善にも効果的！
初心者の方でも安心のゆったりヨガ！！

健康ヨガ教室

日程

2020年度第3期教室

2020年	曜日	開 講 日				クラス・時間
10月	木曜	15	22	29		木曜クラス 10:30～11:30 金曜クラス 14:00～15:00
	金曜	16	23	30		
11月	木曜	5	12	26		
	金曜	6	13	27		
12月	木曜	3	10			
	金曜	4	11			

場所 TTCアリーナ 控室

受講料

5,720円/全8回

※申し込み時にお支払ください

対象 16歳以上の男女

初回体験無料

定員 各15名

持ち物

運動できる服装

※貸出マット(無料)あり



カラダも気持ちも
すっきり！！
ゆったりヨガなので
初心者の方に
ピッタリ！！

お問い合わせ先 ☎0847-41-8500

広島県府中市土生町416-4

受付時間：8:30～21:30（火～土・祝日） 8:30～17:00（日）

休館日：月曜日

