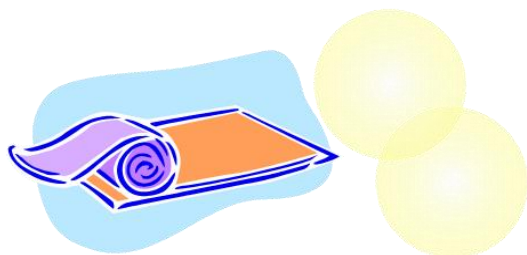


キレイに鍛える



# ベーシック ヨガ

ヨガのポーズと呼吸法で心身ともに  
リラックスへ導いていきます。  
ゆっくりとヨガを行いたい方に  
おすすめです！！



インストラクター  
山本 千恵



日程	1月	2月	3月	月曜日
	16・23・30	6・13・20・27	6・13・20	
時間	9:45 ~ 10:45 (60分)			
場所	蕨市民体育館 1階 武道場2(畳)			
定員	20名 (先着順)			
料金	全10回 4,500円 (当日1回参加は550円となります)			
担当	山本 千恵			
受付	蕨市民体育館 1階 受付窓口			
備考	マスク着用・運動のできる服装をご用意ください。 小さいお子様を連れての教室参加はご遠慮ください。 託児申込有 650円/1回 ※1週間前までのご予約をお願いします。 教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。 急遽日程等変更になる場合がございます。			

※ お問い合わせ : 蕨市民体育館 受付窓口 048-432-2611

蕨市民体育館 指定管理者

シンコースポーツ・毎日興業共同事業体