

# ベーシックヨガ

ヨガの基本！！

ポーズと呼吸を意識して筋肉を目覚めさせよう♪



インストラクター 山本

月曜日 武道場2 (昼)

## 日程

4月	5月	6月
1・8・15・22	13・20・27	3・10・17

## 時間

9時45分～10時45分 (60分)

## 料金

事前申込：全10回 5,500円

当日申込：1回 650円

定員

25名

## 備考

急遽日程変更になる場合がございます。

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。

お申し込み ⇒ 藤市民体育館 受付窓口 ネット予約はこちら  
お問い合わせ ⇒ ☎048-432-2611

