

呼吸ストレッチヨガ

呼吸を意識して身体を活性化！！
全身で呼吸を感じてみませんか？



インストラクター 佐藤

火曜日 武道場2(畳)

日程

10月	11月	12月
1・8・22・29	12・19・26	3・10・17

時間

11時00分～12時00分（60分）

料金

事前申込：全10回 4,000円 定員
当日申込：1回 450円 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 ⇒ 蕨市民体育館 受付窓口 ネット予約はこちら
お問い合わせ ⇒ ☎048-432-2611

