

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
7・14・21・28	4・11・18	2・9・16

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 25名
当日申込：1回	450円	

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

