

癒しのヨガ教室

A・B

ゆったりとした動き・ポーズで全身のコリをほぐし、全体的に伸ばすのでリラクゼーション効果抜群です。
初心者の方でも気軽にご参加いただけますので、
日々の溜まった疲れを取りに来られてはいかがでしょうか。
男性の方も参加できる教室です。

- 日 時 A 18:30~19:30 木曜日
B 19:45~20:45 (各全10回)

※コースをまたいでの受講はできません

- 講 師 奥田 京子 先生
- 定 員 各30名
- 受講料 各5,500円



空きのある場合は、定員になるまで事務所ににて申込を受付けます。

日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
4月4日	4月11日	4月18日	4月25日	5月2日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
5月9日	5月16日	5月23日	5月30日	6月6日

申込日：令和6年3月14日（木）19:30~19:45
※19:30~19:45に整理券を配布、19:45から説明開始

※お電話での予約・申込はできません。

※抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。

※当日会場に来られない方は往復はがきでの仮申し込みができます。(3/13必着)

