

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6,000円 今回から、受講料の価格改定をさせていただきます。



日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
4月10日	4月17日	4月24日	5月1日	5月8日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
5月15日	5月22日	5月29日	6月5日	6月12日

申込日：令和7年3月6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、またはHP教室ガイドから仮申し込みができます。(3/5必着)

★申込後、空きのある場合は、定員になるまで窓口、または教室ガイドにて受付けます。

一宮スポーツ文化センター
☎ 0586-24-1881

公式HP



公式LINE



Instagram

