

# 骨盤調整ヨガ

## 月曜日

A 10:00~11:00  
B 11:15~12:15  
C 12:30~13:30  
D 13:45~14:45

## 講師



正木 祥子

お申込みは電話、  
又は加古川市立総合体育館フロントまで！！

骨盤の歪みは健康と美容に影響します。  
骨盤を整えて「美」と「健康」を！！

日 程 1/7・21・28 2/4・18・25  
3/4・11・18・25

場 所 研修室

定 員 各 12 名(先着順)

受講料 10,000円(全10回)

対 象 16歳以上

持ち物 運動出来る服装・室内シューズ  
飲料水・タオル

加古川市立総合体育館  
〒675-0047  
加古川市西神吉町鼎1010  
TEL 079-432-3000  
FAX 079-431-5700