

リラクゼーションヨガ

火曜日

11:15~12:15

講師 飯島 千鶴



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！！

**肩こり・腰痛・むくみに悩んでいる方！！
毎日ぐっすりお休みできます zZZ・・・癒し効果◎**

日 程 10/3・17・24・31 11/7・14・21
12/5・19・26

場 所 スタジオ

定 員 12名(先着順)

受講料 10,000円(全10回)

対 象 16歳以上

持ち物 運動できる服装・飲料水・タオル

日程は変更になる場合がございます。
予めご了承ください。

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