

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・お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 10/2・9・16・30 11/6・13・20・27
12/4・11

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 運動出来る服装・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