

ストレッチヨガ教室

水曜日

9:30~10:30

講師

大森 智子



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！！

優しいヨガのストレッチが身体の凝りをほぐし
心をリラックスさせてくれます。

日 程 7/4・11・25 8/1・8・22・29
9/5・26 (全9回)

場 所 研修室

定 員 20 名(先着順)

受講料 9,000(全9回)

対 象 16歳以上

持ち物 運動出来る服装・タオル・飲料水

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