

ストレッチヨガ

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 1/23・30 2/6・13・27
3/6・27 (全7回)

場 所 研修室

定 員 20名(先着順)

受講料 7,000円(全7回)

対 象 16歳以上

持ち物 タオル・飲料水・動きやすい服装

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