

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 7/3・24 8/7・28 9/4・25

場 所 研修室

定 員 12名(先着順)

受講料 6,000円(全6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・場所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1010
TEL 079-432-3000
FAX 079-431-5700