

# 美・ヨガ教室

**木曜日**

**10:00~11:00**

**講師**

**上杉 忍**



お申し込みは電話、  
又は加古川総合体育館フロントまで！！

**むくみ・冷性を改善！  
健康ボディを作しましょう〜♡**

<b>日 程</b>	<b>4/12・19 5/10・17・24・31 6/7・14・21・28</b>
<b>場 所</b>	<b>スタジオ</b>
<b>定 員</b>	<b>20 名</b>
<b>受講料</b>	<b>10,000円(全10回)</b>
<b>対 象</b>	<b>16歳以上</b>
<b>持ち物</b>	<b>運動出来る服装・飲料水・タオル</b>

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