

美・ヨガ

木曜日

10:00～11:00

講師



上杉 忍

**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！！**

**むくみ・冷え性を改善！
健康ポティーを作しましょう～♡**

日 程 1/10・17・24・31 2/14・21・28
3/7・14・28

場 所 スタジオ

定 員 20名(先着順)

受講料 10,000円(全10回)

対 象 16歳以上

持ち物 運動できる服装・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