

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SHOWAグループ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 4/1・22 5/13・27 6/10・24

場 所 研修室

定 員 12名

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。

SHOWAグループ総合体育館
〒675-0047
加古川市西神吉町鼎1010
TEL 079-432-3000
FAX 079-431-5700