

なみきほぐしヨガ



協力：よこすか自然生活 Ayus



ヨガで心も身体もリフレッシュ！！スッキリ笑顔に♪
一緒にヨガを始めてみませんか？初心者の方も大歓迎です

追加募集

日 程・・・1期 ~~4/14、4/28、5/12、5/26、6/9、6/23、7/14、7/28（終了）~~
2期 **8/11（祝）、8/25、9/8、9/22（祝）、10/27、11/10、11/24（7回）**
3期 12/8、12/22、2027/1/26、2/9、**2/23（祝）、3/9、3/23（7回）**
毎月第2・4火曜日（※10月と1月は第4火曜日のみ）

時 間・・・10時～11時30分

募 集・・・若干名先着

参 加 費・・・2期 4,200円（7回分）

持 ち 物・・・ヨガマット・汗拭きタオル・飲み物
※ヨガマットをお持ちでない方はバスタオルをご持参ください。

応 募 方 法・・・**お電話又は直接窓口にお申込ください。**



- ※ 応募いただいた個人情報は目的以外に使用することはありません
- ※ 各期1回目実施前までのキャンセルは可能です
- ※ 途中キャンセルの場合、参加費は返却されませんのでご了承ください
- ※ 最少実施人数10人

