

グループセッション

健康ヨガ教室

参加者募集中!

やさしいヨガのポーズで呼吸と身体を整えていくクラスです。
初めての方でも安心してご参加いただける内容です。
又、アクアビクスの準備体操としてもご活用ください。

≡ 日程 ≡ **1月と3月 の 月曜日**

9:30~10:15

1/6・13、 3/3・10・24

【全5回】

≡ 定員 ≡ **20名**

≡ 講師 ≡

≡ 参加費 ≡

高橋 志保子

1回券 **1,100円**(税込)

4回券 **4,180円**(税込)



<プロフィール>

全米ヨガRYT200修了

介護予防運動指導員

MIZUNOアクアリーダー

≡ その他 ≡

受付にてお申込み書のご記入、ご入金をお願いいたします。

キャンセルによる返金はいたしかねますので、予めご了承ください。

千葉県国際総合水泳場