

栗山公園健康運動センター



3月イベントレッスンのお知らせ

ウェーブリングヨガ

3月18日(月)

13:30~14:20

定員：20名

場所：2階 グリーンフィットネスルーム

参加費：700円(税込) 予約優先・当日支払



ウェーブリングを使用してヨガを行ないます。
ほぐしたり、伸ばしたり、ウェーブリングを使って
からだの機能を目覚めさせるヨガです。
まずは、体験してみませんか？



担当：山下



予約・問い合わせ：栗山公園健康運動センター042-382-1001