

# 3月ヨガ初中級

呼吸に意識を向けながら動く事で、リフレッシュ出来ます。  
お気軽にご参加下さい。

日時

7日(土)・11日(水)・23日(月) 13:45~14:10

15日(日) 10:45~11:10

場所 クアハウスかけゆ 2F

料金 お風呂・プールをご利用になるお客様は受講料  
無料です。

教室のみ参加されるお客様は入館料 100円  
と受講料 300円が必要です。

※ヨガマットは当館で無料貸出しがあります。  
事前にマットのご予約をおすすめ致します。

クアハウスかけゆ ☎0268-44-2131

担当 田玉(全米ヨガアライアンス認定インストラクター)