

UNIVERSAL YOGA EARTH ストレッチヨガ



UNIVERSAL YOGA EARTHは
ヨガの動作と瞑想法で
身体・呼吸・心を整えます。

募集要項

場 所 ■ 山田市民体育館 会議室

日 時 ■ ①1月11日(日) 10:00～11:00

参加費 ■ 880円(税込み)

対 象 ■ 高校生以上

指導員紹介



三島 知実

UNIVERSAL YOGA EARTH
認定インストラクター

● 申 込：①12月14日(日)～定員に達するまで
山田市民体育館に来館または電話にて受付

● 定 員：10名

● 持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオル



山田市民体育館

TEL：06-6876-8855

〒565-0824 吹田市山田西3-84-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7114>

● 営業時間 9:00～21:00

● 休館日 毎月第1月曜日
年末年始(12/29～1/3)