

UNIVERSAL YOGA EARTH

2月のストレッチヨガ



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

指導員紹介

場所 ■ 南吹田市民体育館 会議室

日時 ■ ①2月4日(火) 19:00~20:00
 ②2月9日(日) 10:00~11:00

参加費 ■ 各880円(税込み) ※①、②内容同じ

対象 ■ 18歳以上



三島 知実

UNIVERSAL YOGA EARTH
 認定インストラクター

- 申込：令和7年1月4日(土)～実施日前日まで
 南吹田市民体育館に来館または電話にて受付
- 定員：各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



南吹田市民体育館
 TEL：06-6386-7050

〒564-0043 吹田市南吹田5-34-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7115>

●営業時間 9:00~21:00

●休館日 毎月第4月曜日
 年末年始(12/29~1/3)