

8/11(火・祝)

暑さに負けない体づくり ヨガ&ピラティスイベント開催

場所：法典公園(グラスポ)
地下1階 レクリエーション室

元気UP

対 象：16歳以上
定 員：各 26名
持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル、
下靴を入れる袋、身分証明書、
参加費(現金のみ)

※お着替えは1階更衣室をご利用ください。
(100円リターン式)



日 時	教 室 名	講 師	参 加 費 (税 込)	受 付 日
①8/11(火・祝) 9:45~10:30	ヨガ (体すっきり)	石尾 知子	550円	8/4 (火) 9時~
②8/11(火・祝) 10:55~11:55	やさしい ピラティス	石尾 知子	880円	8/4(火) 9時~

申込
受付

上の表の右端の受付開始日(開催日の1週間前の9時)より、
お電話もしくは窓口にて受付。※先着順

詳しくは施設までお気軽にお問い合わせください。

法典公園(グラスポ)

営業時間 9:00~21:00
※年末年始休園 12/29(日)~1/3(金)

☎ 047-438-3500



公式ホームページはこちら
上記以外の通常教室はこちらから。