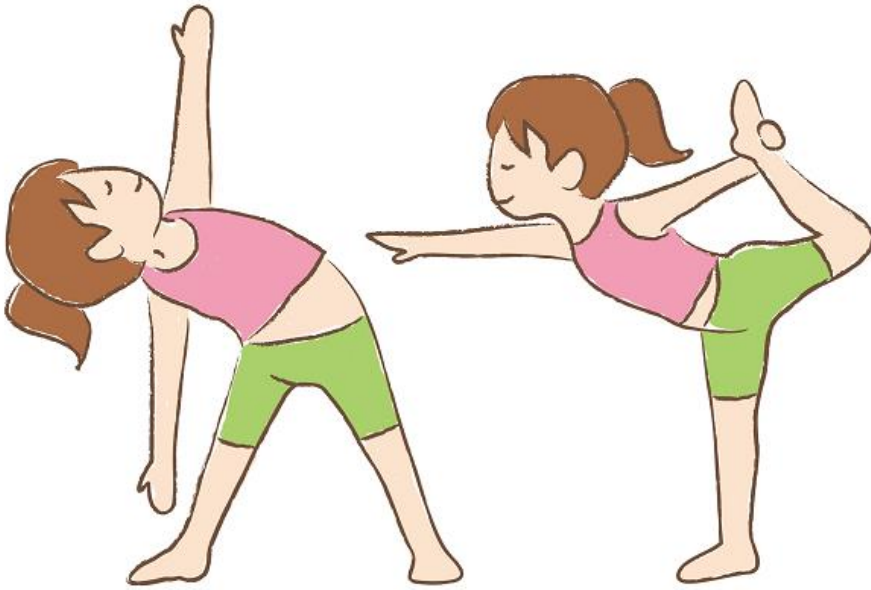



初めてでも安心 ♪ 少人数ヨガ ♪ チャレンジ！ファミリーヨガ！



【イベント内容】

自宅でも出来るストレッチやトレーニングで、
ヨガは誰にでも出来る、心身のリフレッシュ法♪
家族の絆を深めるためにも、
笑顔あふれるペアヨガにチャレンジ 



持ち物

動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物
ヨガマット(2枚)、タオル、マスク。

* 注意

大きめのタオルを持参の方のみ、
ストレッチマットの貸出しをしています。

●新型コロナウイルス感染予防対策●

マスクの着用をお願いします。

少人数制で行い、常時換気をします。

イベント当日に体温が37.5℃以上の方や、体調不良
等ありましたらご来館をお控えください。

* 受付時にも検温・アルコール消毒をさせていただきます。

日 程	2020年10月24日(土)
時 間	14:00~15:00(60分)
対 象	小学1年生以上のお子さまと親御さま。 もしくは祖父母さま。
定 員	5組10名(先着順)
参加費	1,650円(税込)
場 所	笠岡総合体育館 多目的室



詳細はFacebook・HP
からもご確認ください。

申込方法・・・受付、またはお電話からお申込ください。

申込締切・・・10月23日(金)

参加者が最小催行人数(3組)に満たない場合は中止にさせていただくことがあります。

教室に参加後の返金はいたしかねます。予めご了承ください。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。



ミズノウエルネス笠岡
TEL: 0865-66-5280

〒714-0054 岡山県笠岡市平成町63-2 笠岡総合体育館
<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7356>

●営業時間 平日/9:00~21:00
土曜/9:00~21:00
祝日/9:00~17:00

●休館日 日曜日・年末年始

