

心と体をゆるめていきましょう☆  
ミズノ ヨーガ教室

月2回の  
教室です



## 男性クラス受講生募集

場 所	岩国市総合体育館
日 時	火曜日クラス 14:00~15:30 水曜日クラス 19:00~20:30 木曜日クラス 19:00~20:30 土曜日クラス 10:30~12:00 男性クラス (火) 19:00~20:30
受講料	2,500円/月2回

## 講師紹介



上栗美弥子

ヨーガ療法士

体の硬さやポーズの形を気にしないで  
自分のペースで無理なく楽しんでください。

●受講にはご予約が必要です。

●定員に達しているのクラスがありますので、  
窓口またはお電話にてお問い合わせください。

※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が、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

お申し込み  
お問い合わせ

岩国市総合体育館

TEL: 0827-32-7411

〒741-0072 岩国市平田1丁目40-1

●営業時間 9:00~22:00

●休館日 年末年始  
(12/29~1/3)