

無理なく続けてカラダが変わる

リラックスヨガ



レッスン詳細

- 場所** 古曽部防災公園体育館 サブアリーナ
- 日時** 毎週木曜日（第4木曜日を除く）
12時30分～13時30分
- 受講料** 月額制 ※裏面の開催日程表をご確認ください
- 対象** 18歳以上 先着30名

講師紹介

高野 明子



Japan YOGA College公認インストラクター
親子ヨガ インストラクター

○講師より一言○

ゆっくり呼吸をしながらカラダを動かし、ココロとカラダの緊張と疲れを緩めるリラックスヨガです。
がんばらないで自分のペースで楽しんで頂けるレッスンです！

お申し込みの際にご提供いただく個人情報は厳重に管理させていただきます、教室連絡等に利用させていただきますので、あしからずご了承ください。



高槻市立古曽部防災公園体育館

TEL : 072-681-0031

〒569-1115 高槻市古曽部町3-15-1
<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7212>

- 営業時間 9:00～21:00
- 休館日 毎月第4木曜日
- 年末年始 12/28～1/4

2024

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

¥1,100

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

29日 無料体験会

¥1,650

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

¥1,650

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

¥1,650

5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

¥2,200

6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

¥1,650

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

¥1,650

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

¥1,650

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

¥1,650

10月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

¥2,200

11月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

¥1,650

12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

¥1,650