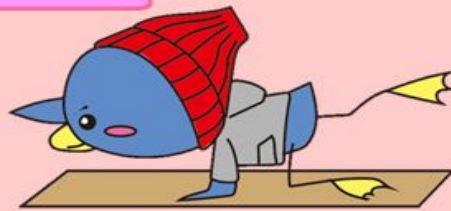


心と身体をリフレッシュ!!

ヨガスクール



無料体験実施中



随時受講生募集!!

場 所 ■ 原池公園体育館 小アリーナ

曜 日 ■ 月曜日・水曜日・土曜日
(日程の詳細は裏面へ)

★マタニティの方は、別途ご相談下さい。

[月曜]

少しずつ筋力と柔軟性を高め身体の使い方を
見直し、気持ち良く動きましょう。

[水曜]

筋肉を伸び縮めすることによりリラックスと
身体のバランスを整えましょう。

[土曜]

疲れがちな頭の中身をスッキリさせ、
全身の循環を良くしましょう。

曜日	時間	対象	定員	受講料(月4回/税込)
月曜日	10:20~11:50	中学生以上	20名	¥6,160
水曜日	13:00~14:30	中学生以上	20名	¥6,160
土曜日	10:30~12:00	中学生以上	20名	¥6,160

※土曜日：10月は2回での開催となります。

※お申し込みの際にご提供頂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場合がありますので、あしからずご了承ください。



堺市原池公園体育館

TEL : 072-278-1004

〒599-8267 堺市中区八田寺町320
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7311>

●営業時間 8:45~21:00

●休館日 毎月第4火曜日
(祝日の場合は第3火曜日)
10月第1土曜日・日曜日
年末年始 (12/29~1/4)