

福田屋内スポーツセンター ヒーリングヨガ



生徒募集

場所	福田屋内スポーツセンター 2Fスタジオ
日時	月曜日 20:00~21:00
受講料	クール制 6,800円(税込) (1クール8回)
持ち物	動きやすい服装、タオル ヨガマット(無料レンタルあり) 合間の水分補給

講師紹介



袴田 利枝

<講師からのコメント>
身体の伸び&開きを実感していただける
レッスンです。心拍数も適度に上げ、
肺を鍛えていきましょう！



福田屋内スポーツセンター
TEL: 0538-58-3131
〒437-1209
<http://www.mizuno.jp>

●営業時間 8:30~21:30

●休館日 毎週金曜日・年末年始
10月にメテオ休館