

身体が硬い方、ヨガ初心者の方にはオススメです。

カチカチ改善ヨガ



～レッスン 詳細～

場 所： 勤労者福祉会館

日 時： 日曜日（第2・第4）10:00～11:00
※開講日は別紙カレンダーの参照をお願い致します。

受講料： ミズノアクティブチケット1枚
5枚組：2,750円（税込）
10枚組：4,950円（税込）
アクティブチケットは会場（現地）にてご購入出来ます。AFAA ヨガインストラクター
※当日はなるべくお釣りの無いようご協力お願いします。

対 象： どなたでも大歓迎です！

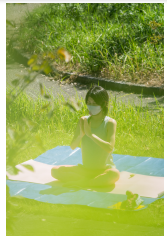
持ち物： 運動ができる服装、タオル、飲み物、ヨガマット

●定員：8名

●受付：勤労者福祉会館(会場) 受付

満車の場合はドン・キホーテ西側の駐車場をご利用お願いします。

☆講師紹介☆



AFAA ヨガインストラクター
前島 彩伽



AFAA認定インストラクター MAT SCIENCE
松本 百代



初めての方でも大歓迎！
ヨガで健康でしなやかな身体を手に入れましょう♪



Instagramもやってます♪
フォロー&いいねお願いします！

東遠カルチャーパーク総合体育館 さんりーな
TEL：0537-22-5553
〒436-0043
静岡県掛川市大池2250
<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7193>



●営業時間 平日9:00～21:00
(日曜・祝日18:00営業終了)

●休館日 火曜日・年末年始



掛川社会HP