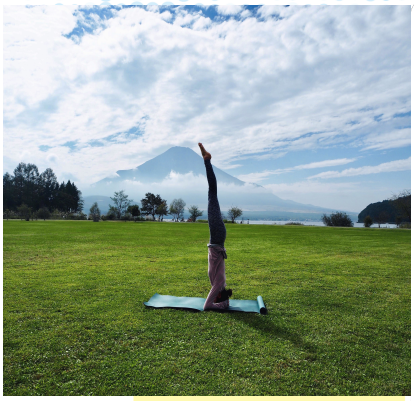
MIZUNO SPORTS SCHOOL

誰でも簡単にできる！ココロとカラダのバランスを整えよう

ベーシックヨガ教室





フィットネス



受講生募集中

場　所　山中湖交流プラザきらら園内
※悪天候の場合や季節によって楽屋棟

日　時　隔週月曜日
13：30～14：45

受講料　800円（税込）

対　象　一般
定員　12名
※初心者大歓迎

講師紹介



椙浦　えりさ

ヨガインストラクター
マタニティヨガインストラクター

- 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオル、マットを持参してください。
- お申し込みは電話・窓口でお願い致します。
- 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致します。

山中湖交流プラザきらら
TEL：0555-20-3111
〒401-0502山梨県南都留郡山中湖村平野479-2
https://shisetu.mizuno.jp/mss-7587
http://kirarayamanakako.jp/

●受付時間　8：30～17：00

ミズノHP　きららHP

主催：ミズノ・レイグループ