

体験会!!

脂肪燃焼

&

リラクゼーション

ストレス解消! 軽くからだを動かす

教室

5月21日(水) 19:30~20:30

会 場 : 中公民館3F 大ホール

講 師 : サリュウ

参加費: 800円 (当日払い)

対 象 : 40歳~65歳男女

定 員 : 先着20名 (要申込み)

持ち物: ヨガマット 又は バスタオル

※ 運動靴でお越しください

ウォーキングや
軽い筋トレ



疲れを癒す
リラクゼーション
ヨガ

【お申込み・お問合せ】

みたけスポーツ・文化倶楽部

御嵩町中 2777-28

TEL/50-7846



こちらからもお申込み
いただけます