

11月の教室開催のご案内

心と体を元気にする「元気寿命向上委員会」と「西花苑コミュニティ」の共同イベントです

心と体の元気教室



&ビューティヨガ

心と体を内側から美しく…マクロヴィオテック

気軽にヨガを体験してみたい方は前半の椅子を使った「簡単椅子ヨガ」、

本格的なコースに挑戦してみたい方は「ビューティヨガ」

参加希望の方はお電話、又は受付にてお申し込みください。

尚、予約後のキャンセルは前日までにお願いします。

11月13日(木) 10:00~10:45 「簡単椅子ヨガ」

11:00~12:00 「ビューティヨガ」

11月27日(木) 10:00~10:45 「簡単椅子ヨガ」

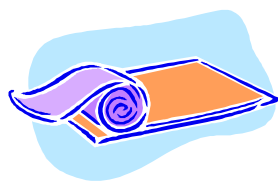
11:00~12:00 「ビューティヨガ」

参加費 「簡単椅子ヨガ」 500円

「ビューティヨガ」 1050円

「簡単椅子ヨガ」+「ビューティヨガ」 1550円

「心と体を美しく…マクロヴィオテック」



Seikaen
community
TEL 226-2444

