

やさしいヨガ



場所 みんなの森 ぎふメディアコスモス おどるスタジオ

2月 18日 (火)
3月 3日 (火)
3月 17日 (火)

ヨガインストラクター RIKA

19:30~20:30



一緒にヨガをしてみませんか？

初心者の方大歓迎！

参加費 1,000円

持ち物 タオル 飲み物

ヨガマット (なければバスタオル)

当日参加OK!

※但し定員がございまして定員に達した場合は、事前に締め切らせて頂きます。

確実にご参加されたい方は下記メールアドレスに、ご予約のご連絡をお願い致します。

運動嫌いで運動不足の方

家事や仕事が多忙でストレスが

なかなか抜けない方

最近疲れやすいと感じる方

最近太り気味で痩せにくくなった方

是非お越しください

お申込み お問い合わせ rk.31.fitness@gmail.com