

月曜日クラス

身体すっつきり ストレッチヨガ

*タオルを使ってストレッチを行い、柔軟性・可動域を高めたのち、
ヨガを行います。

日時：平成30年4月9日～平成30年6月4日
全8回 毎週月曜日（4/30を除く）
午前10時～11時

対象：18歳以上の方

費用：5,000円（全8回分）

**持ち物：ヨガマットの上に敷くバスタオル、フェイスタオル、飲み物、
動きやすい服装等**

定員：25名（申込順）

会場：相模原ギオンスタジアム 会議室

**申込：メール／電話／FAX／スタジアムHPの教室フォームにて、氏名（フリガナ）
住所・電話番号・年齢・教室名を競技場までご連絡ください。**

受付は**3月15日**から開始いたします。

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088

FAX 042-777-0161

メール asamizo-stadium@dream.jp

HPアドレス <http://www.asamizo-stadium.jpn.org/>

健幸ポイント制度対象



広報さがみはら
3/15掲載