

2019年度 仙台市泉総合運動場 主催

【月曜日・50分エクササイズ】

姿勢改善ヨガ IV期

- ◆ 内 容 ヨガ初心者におすすめ！
美しい姿勢を目指していく教室です。
- ◆ 日 程

1月	6・20・27
2月	3・10・17
3月	2・9・23・30
- ◆ 時 間 11:20～12:10
- ◆ 会 場 泉武道館1階(柔道場)
- ◆ 定 員 40名
- ◆ 講 師 Eriko 先生
- ◆ 受 講 料 7,500円
- ◆ 準 備 物 運動着・汗拭きタオル・ドリンク
- ◆ 申 込 み 【新規申込方法】 NET(SPF[®] oughサーチ) ・ 窓口 【先着順】
【新規支払期間】 12月20日(金) ～ 12月27日(金)

