

季節のヨガ

～春夏秋冬 季節に合わせたヨガを楽しみましょう～ 1期：春のYoga

桜が芽吹く春、これから始まる季節を
ヨガを取り入れ心地良く過ごしませんか
ヨガの呼吸法や基本的なポーズを中心に行いますので
初心者の方もぜひお気軽にご参加ください



4月13日(土)
START
10:30-11:30

場所：富山県西部体育センター
第2トレーニング室

受講料 6,000円(税込) / 10回

◇ お申込み ◇

4月10日(水)まで

SEIBUスポーツクラブ事務局にてお手続きを
お願いいたします。

※参加の際は、マイマットをご持参ください

第1期日程(10回)

4月 13・20・27

5月 11・18・25

6月 8・15・22・29

フリーレッスン・デイトムレッスン会員の方は受講できます

