

凝り固まった身体をゆっくりとほぐし、筋力を付けていきましょう！

# リフレッシュ ヨガ

KOZAKANAKUN SPORTS PARK BINGO

1期

## 場所

びんご運動公園  
健康スポーツセンター  
2F スタジオ

## 日程

水曜日

19:00～20:00

4/3	4/10	4/17	4/24
5/8	5/15	5/22	5/29
6/5	6/12		

## 対象・定員

16歳以上  
定員25名

## 受講料

8,500円/全10回

(申込み時にお支払いください・電話での受講の申し込みはできません)

950円/1回参加もOK! ※空きがある場合のみ

(30分前より受付開始・事前予約不可)

## 持ち物

動きやすい服装  
ヨガマット

※1回100円でレンタル有



スポーツパークびんご  
KOZAKANAKUN SPORTS PARK BINGO

<http://www.bingo-sportpark.com/>



Search

