



初回
無料体験
予約受付中

Yoga Class

ゆるっと

ダイエットヨガ

～心と身体を整えるひとときを～

心地よく肩甲骨を動かし、姿勢を整えながら基礎代謝アップへ。
無理なく続けられるヨガ教室です。

開催日 毎週木曜日 13:30～14:30

場所 三国運動公園健康管理センター多目的ホール
(冷暖房完備)

料金 チケット制
(4枚2,000円/10枚5,000円)

持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル

お気軽に
ご参加ください!



講師：四反田奨馬先生

心と身体が軽くなる時間になりますように。初めての方でも安心して参加できます。



主催：坂井市スポーツ協会

【お問合せ】 三国体育館

☎ 82-4686 (受付時間：平日9:00-17:00)

スポーツL☆ WINNER 0000 BIG