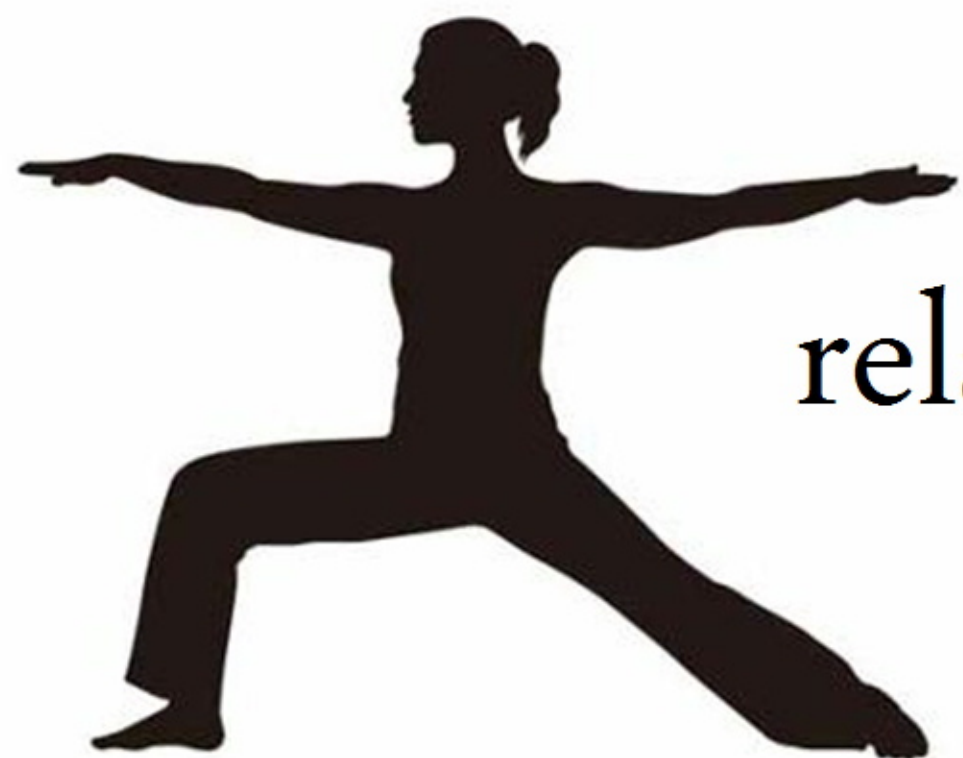


長持ちするからだを作る。



relaxation

YOGA

年齢に伴う体の不調を改善したい。  
ヨガは、毎日を健康に過ごすためのお手伝いをします。  
初心者向けのかんたんなヨガを親切丁寧に指導いたします。

インストラクター 岩根一重

場 所 **温水プール石川 研修室** 定 員 **各回 20名**

日 時 5月20日/27日 6月3日/10日/17日/24日 参加料 500円 (傷害保険料込)  
水曜日 10:00~11:00 (全6回) ※6回全コースお申し込み方は500円割引いたします。



お申し込み・問い合わせ先

温水プール石川 ☎0172-49-7081 HPアドレス <http://www.hirosaki-taikyo.com>