



やさしいヨガ



動きがゆっくりで徐々に運動をする方、初心者でも楽しめます。
美肌などのアンチエイジング効果、デトックス効果も高く
シェイプアップ効果も期待できるクラスです。

参加費：1回 550円 (税込)

受付開始

4月⇒2月28日 (水)

5月⇒3月26日 (火)

6月⇒4月23日 (火)

日時：4月9日、23日(火) 10:00~11:00
5月14日、28日(火) 10:00~11:00
6月11日、25日(火) 10:00~11:00

定員：25名 対象：介助なしで生活できる高校生以上の方

●キャンセルは開催当日含む3日前まで

4月9日⇒7日・23日⇒21日 5月14日⇒12日・28日⇒26日

6月11日⇒9日・25日⇒23日

全額返金。上記以降は返金致しかねます。

●担当者の都合により代行になる場合がございます。予めご了承下さい。

●当日30分前までに入金完了お願いいたします。 ☎ 047-487-1511

八千代市ふれあいプラザ