



## ヨガの効果って？

ヨガは血流を促進する効果もあり冷え性やコリなどに悩んでいる方におすすめです！！

## ～スッキリ♪ ヨガ教室②～

# 参加者大募集！！

※定員になり次第終了

### 日程

11/1(火)～12/20(火)  
毎週火曜日【全8回】

### 時間

10:00～11:00

### 対象

18歳以上

### 参加料

5,400円

### 定員

12名

### 【応募方法】

①直接来館の場合は、2階事務所にて受付を行っておりますので、専用の申込用紙に必要事項を記入してください。

②電話申込の場合は、“お名前・年齢・電話番号”を下記までお電話ください。

なお、“先着順”になりますので、定員になり次第終了とさせていただきます。

東市民フール管理事務所 ☎092-662-6111

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



↑ HPIはこちらから ↑