

～3期～

# ヨガクラス

心と体を整える贅沢なひととき

金曜 リセットヨガ 講師：阿久津  
10/3～12/5 19：30～20：30

土曜 初心者のためのヨガ 講師：安岡  
10/4～12/13 10：00～11：00

日曜 リラックスヨガ 講師：阿久津  
10/5～12/21  
①9：45～10：45  
②11：00～12：00

- ・ 募集期間：8/29 (金) ～9/7 (日)
- ・ 抽選結果発表：9/12 (金) ～
- ・ 参加費：各 5,500 円・定員：各 20 名 (抽選)
- ・ 回数：各 10 回 ・ 場所：敬老室

抽選結果の確認は、お電話でも承っております