

◎ 身体が硬い人にオススメ！ ◎

パワーヨガ

◎ 選べるレベル！3クラス ◎



日時 クラス	(木) 9:30~10:30:パワーヨガ 入門 ヨガが初めてのかた 強度★ 難度★ (木) 10:45~11:45:パワーヨガ 初級 運動経験あるかた 強度★★ 難度★★ (木) 12:00~13:00:パワーヨガ 中級 ヨガ経験者 強度★★★ 難度★★★★
場所	スカイアリーナ(会議室)
対象	18歳以上の男女
料金	6,700円(全10回の場合)
問合せ先	スカイアリーナ ☎072-724-3440 *詳しくは裏面をご覧ください