

平成29年度 4期制教室

パワーヨガ入門クラス



ダイエットにも効果的！

通常のヨガに比べ、ハードな動きが多く、運動量・脂肪燃焼効果が高いため、ダイエットにも効果的です！

対象 18歳以上（女性のみ）

日程 毎週火曜日

時間 9:30~10:30

場所 第二総合運動場 会議室

定員 15名

参加費 8,040円（12回開催の場合）

注）一旦お支払い頂いた参加費は、いかなる理由があってもご返金できません

申込方法 第二総合運動場窓口までお越しください

尚、定員数になり次第、受付は終了とさせていただきます
体験受講後の申込み受付もおこなっております（体験料540円）

持ち物 動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物・ヨガマット

お問合せ 箕面市立第二総合運動場

〒562-0026 箕面市外院1-2-3
TEL：072-729-4558

