

平成29年度 4期制教室

パワーヨガ初級クラス



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） ※パワーヨガ経験者
日程	毎週水曜日
時間	10：45～11：45
場所	第二総合運動場 会議室
定員	15名
参加費	8,040円（全12回の場合） 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

