

令和6年度 リラックスヨガ

期：全3期（各期10回）

第1期（4～6月）

第2期（9～11月）

第3期（1～3月）

曜日：木曜日 時間：14:30～15:30

対象：16歳以上

定員：30人（各期） 最少催行人数 15人

場所：ディスポート（アリーナ）

持ち物：運動のできる服装・ヨガマット・タオル・飲み物

受講料：

	会 員	一 般
新 規	無 料	6,000円
再受講	3,600円	

日程：

期	募集開始日	開 催 日 程
第1期	3月 5日	4月 11、18、25 5月 9、16、23、30 6月 6、13、20
第2期	7月22日	9月 19、26 10月 3、10、17、24、31 11月 7、14、21
第3期	11月12日	1月 9、16、23、30 2月 6、13、20、27 3月 6、13