

身体のゆがみ改善・代謝Up

アクティブヨガ



講師：山館 実佳 (株)フクシ・エンタープライズ

資格：ヨガインストラクター

健康運動指導士

鍼灸師

- ・ 未経験の方、大歓迎！
- ・ 1回 500円(別途施設使用料 130円)
- ・ レンタルマット無料

ダイエット

ストレス解消

冷え性予防

体力アップ

骨盤矯正

いつでも見学できますので遊びにきてください。お待ちしております！

開催日時

7月

2日, 16日, 23日, 30日(水)

8月

6日, 20日(水)

17:00~18:00

※7月以降の開催日時は別途案内をご覧ください。

※祝日・年末年始休館日は除く

場所

グリーンピア岩沼 スポーツハウス棟2階 ダンスルーム

グリーンピア岩沼

岩沼市北長谷字切通1-1

TEL:0223-25-5122

お気軽にお問合せください。