

期間
限定

心も体もすっきり

リンパデトックス ヨガ教室

老廃物を排出していつまでも
若々しさをゲット!

血行を促進して肌の調子を
整えよう

体内の水分を排出して
むくみを改善!

深い呼吸と動きを合わせることで心身の緊張を
ほぐしてリラックス♪



開催日時

第2.4木曜日 14:00~15:00

※祝日、年末年始休館日は除く

場所

スポーツハウス棟 2階 ダンスルーム

料金

1回500円

(別途施設使用料130円)

レンタルマット無料

お気軽にお問い合わせください♪

グリーンピア岩沼

岩沼市北長谷字切通1-1 TEL.0223-25-5122

