

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!

好評!! 継続決定!!

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♪

料金

1回500円

(別途施設使用料130円)

レンタルマット無料

開催日時

第2・4木曜日

14:00~15:00

場所

スポーツハウス棟 2階 ダンスルーム

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

