

【公開情報】(プラザノースホームページ、掲示板、ファイルで公開する情報)

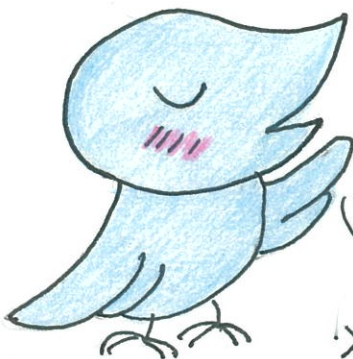
団体名/サークル名

すっきりらくヨガ

* 全身を気持ち良〜く伸ばして
心と体をリラックスしましょう♪

- 初心者の方. 運動不足. 身体が硬い方... 大募集です!!
- 何歳からでもOKです。(現在40代~70代までの方が参加されています。)
- 無理なく筋力UP!!
- 健康の為に始めませんか?

まずは. 1回どうぞー



全く
問題ない
ですよ〜。

初めてでも
大丈夫〜？



※まずは街連絡下さいね。

活動場所	プラザノース(交流スタジオ他)
活動日時	毎週火曜日 AM9:10~10:10 AM10:20~11:20
会員数	20人前後
会員要件	成人女性+5人. どなたでもOKです。
会費	4回一括払い 2500円, 各回払い 700円/回
お問い合わせ	担当者名: 小山美貴子 電話番号: 080-4901-0106