

ボディアケア・ヨガ



ヨガの呼吸法を丁寧に指導し、骨格の歪みを整えながら無理なくシェイプアップ！

《2020年度日程》

1期: 6/16・30 7/7・14 (1期は4回 ¥4,520)

2期: 7/21・28 8/4・11・18・25 9/8・15・22(祝)・29

3期: 10/13・20・27 11/3(祝)・10・18(水)・24 12/8・15・22

4期: 1/19・26 2/9・16・23(祝) 3/2・9・16・23・30

★ 3/16・23は、第2競技場で開催。

ツカモト マリ

《曜日》 火曜日 《講師》 塚本 真理

《時間》 18:30～20:00 (90分)

《場所》 柔道場・剣道場 (地下2階)

《料金》 各期10回 11,300円 (スポーツ保険料・消費税込)

《体験》 1回 1,000円 (各教室1回のみ)

※受講料は必ず、教室参加前にお支払いください。

※お客様都合での返金は出来ません。

大阪府立体育会館

大阪市浪速区難波中3-4-36

06-6631-0121

(受付時間 9:00～20:00)