

「青空ヨガ」

秋の清々しい空の下、ヨガを楽しみませんか。素敵な1日のはじまりを、爽快地迎えましょう♪ヨガ好きな方はもちろん、ヨガ初心者の方も大歓迎です。ご参加いただく皆さまの経験などに合わせたレッスンを約1時間お届けします。

日時 平成30年9月30日(日)
8:30~9:30 (受付8:00より)

- ★場 所 防府市スポーツセンター陸上競技場
(雨天の場合は、スポーツセンター武道館)
- ★講 師 吉武 真弓
- ★参加料金 お一人様 650円(税込)※お申込み後の返金はありません。
- ★参加資格 高校生以上(15歳以上) ★募集人数 30名
- ★持ち物 ヨガマットまたは厚手のバスタオル(屋外で使用するもの)、動きやすい服装、お飲み物、羽織るもの(日よけ用)他
※貸出しマット 要予約(先着15名)
- ★申込期間 平成30年8月2日(木)~9月29日(土)
別紙申込書と参加料を添えて、体育館総合受付までお持ちください。



講師 吉武真弓