

## ヨガ教室



## 始めてみませんか?

サピオ稲荷山では3つのヨガ教室を開講しております。 ヨガには冷え性改善やリラクゼーション効果が期待できます。 この度、無料の体験レッスンを開講いたしますので、 皆様のご参加をお待ちしております。

日時

4/12 (金) 19:15~19:45

定員 各10名

4/15 (月) 12:45~13:15

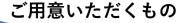
対象:これまでにヨガ教室に参加されたことが無い方 15歳以上(中学生を除く)

申込み

3/8 (金)~1階事務室にて

電話申込み可

- ・より多くの方にご参加して頂きたい為、複数申込みはできません。
- ・当日は教室が始まる前に1階事務所窓口にて、参加手続きを済ませて下さい。
- ・会場は、1階【サピオスタジオ】です。



動きやすい服装・タオル・お飲み物(水分補給用)・ヨガマット
※ヨガマットの貸出はありません。大きいバスタオルでも大丈夫です。

