

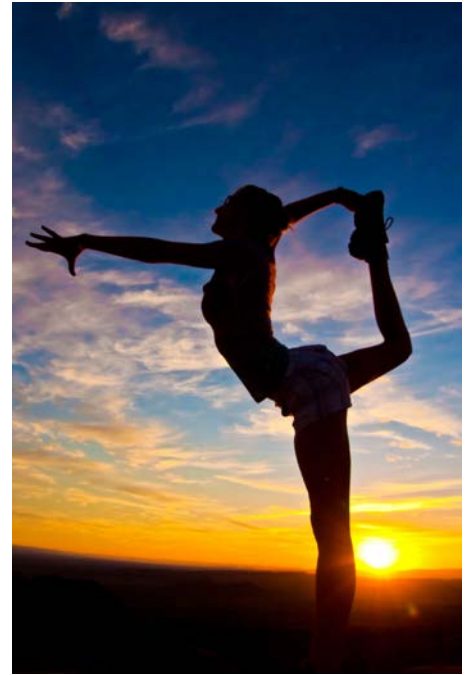
サマータイムヨガ

暑い夏は、涼しい時間にヨガをしてみませんか？

早朝からゆっくりとヨガでカラダを動かすと、

スッキリとしたカラダと心で1日をスタートできます。

夏休み中の小中学生の参加もお待ちしています！



◆ 日 時：8月毎週月曜日 9時30分～10時30分

◆ 会 場：恵庭市総合体育館
格技室・ホワイエ・前庭

◆ 対 象：どなたでも
※混み合った場合はクラブ会員優先となります

◆ 参加料：入館料のみ（定期券、回数券も可）
えにわ総合型スポーツクラブ会員になると、
お得に参加できます

◆ 持ち物：運動のできる服装、上靴、タオル、飲み物、ヨガマット

◆ その他：・各自健康状態を確認した上でご参加ください
・レッスン中の事故については、主催者側で責任を負いません



【講師】 田口 麻里

市内を中心に幅広い世代にレッスン。
健康で楽しく、居心地のよいヨガになるよう
サポートします。

【お問合せ】

恵庭市総合体育館
電話：32-2261

（平日9時～17時）

QRコードはこちら➡

