

基本からゆっくり始めます。

# ヨガ 11回コース

75分クラスで、基本からゆっくりはじめたい方に最適なクラスです。  
初めての方も安心・無理なくスタートできます。



クラス名	対象	曜日	時間	定員
ヨガ	16歳以上	木曜日	13:30~14:45 (75分)	25名

月	開催日				3ヶ月継続料金
1月	7日	14日	21日	28日	2,880円/4回
2月	4日		18日	25日	2,160円/3回
3月	4日	11日	18日	25日	2,880円/4回

- ・毎月最初のレッスン時に、月ごとの料金をお支払いください。  
(出欠に関わらず、料金はかかります)
- ・休会制度はございません。また、自己都合による途中退会での返金はいたしかねます。
- ・途中退会を希望される場合は、別途退会料金が発生いたします。  
(詳しくはスタッフまでお問い合わせください)

- ・感染症対策の為に、換気をしながらレッスンを実施することがございます。
- ・ご参加の際には検温、マスクの装着、手指消毒のご協力をお願い致します。

#### 【申込方法】

- 継続の方/12月1日(火)~受付
- 新規の方/12月20日(日)~空きがあった場合のみ募集

運動できる服装・タオル・飲み物(水筒・ペットボトル)  
\*ヨガマット(マットはご持参いただくか、又はスタジオ内のマットがご利用頂けます。)



講師：西田 美千代

【申込み・お問合せ】  
秋葉区総合体育館 0250-25-2400