

ボディケアヨガ教室



受講生募集中！
身体のゆがみを整えましょう

(講師) 北 京子先生(日本ヨガ連盟認定指導員・健康運動指導士)

(内容) **日頃の生活習慣からの肩こりや腰痛などはありませんか？
 血液循環を良くし、全身の筋肉を和らげ、身体の歪みを整えます。**

(効果) **身体の歪みを取り、バランスを整える。**

(会場) 南地区公民館(甘呂町1321-1)

(日時)	金曜日・全12回・14時～15時30分(90分)					
開 校 予 定 日	月	日				都合により、日時、内容等を変更する場合があります。
	4月	30日				
	5月	7日	14日	21日	28日	
	6月	4日	11日	18日	25日	
	7月	2日	9日	16日		

受講料 12000円

申込先 (一社)彦根市スポーツ協会
 住所 彦根市稲部町607-1 稲枝商工会館内
 電話 (0749)30-9674
 FAX (0749)30-9675
 Mail h-spokyo@aurora.ocn.ne.jp

申し込み締切:3月29日(月曜日)