

フ リ ー ヨ ガ



今月の開催予定

12月4日:開催

12月11日:開催

12月18日:開催

12月25日:開催

教室

12月のテーマは



骨

盤



時間が変わります

エアロビクスの前に！

【参加方法】

1回300円

(教室参加券をご購入下さい)

【会 場】

カシマスポーツセンター会議室

【受付時間】

9:00~9:15(ご注意下さい)

【定 員】

30名(先着順)

【持ち物】

ヨガマット、タオル

毎週金曜日

9:15~10:15

お問い合わせ先

カシマスポーツセンター

〒314-0007

鹿嶋市神向寺23-2

電話番号

0299-83-1600