

プールサイドでホッとヨガ

～環境を変えて、ココロとカラダがほっこりするヨガ教室～



①



講師／ひろむ

②



講師／藤田

期日：① **11月1日（火） 19:00～19:30**

② **11月2日（水） 14:30～15:00**

！注意！ プールは入水できません（換水清掃のため）

内容：プールサイドの床暖房と多湿の環境を活かし、代謝向上を目指したヨガ教室です。※運動初心者、冷え性の方におすすめです♪

対象：18歳以上

料金：¥210 ※施設利用料として券売機にてチケット購入ください

定員：①②各9名（先着順）

申込：保健センターフロントにて開始1時間前（①18:00～ ②13:30～）

服装：トレーニングウェア

持物：ヨガマットまたはバスタオル、ドリンク、マスク、利用料¥210
トレーニングルームをご利用の場合は室内シューズ

※初めて保健センターをご利用される方は事前に北野保健センター利用者登録の手続きが必要となります。

○ 参加状況等により内容変更・中止になる場合がございます。予めご了承ください。

久留米市北野複合施設（コスモすまいる北野） TEL 0942-23-4500

■住所／〒830-1113 久留米市北野町中3253 ■開館時間／火曜日～土曜日 9:00～21:00, 日曜・祝日 10:00～18:00
■休館日／毎週月曜日, 12月29日～1月3日 ■管理者／株式会社イトマンスポーツスクール

