



体験したこと
ありますか？

2024 3/24 (日)

時間 11:00~12:00

受付 10:30~



会場 愛鷹運動公園芝生広場

料金 1,000円(継続者800円)

講師 大竹 夏実

定員 30名(先着順)

申込 愛鷹運動公園テニスコート窓口

電話受付 (055-920-8688)

日頃の疲れを溜めないために...

デスクワークやスマホなどで、疲労しやすいといわれている姿勢を支えるための筋肉を強化していくので、腰痛や肩こりの緩和や予防につながります。



さわやかな芝生の緑と風を感じて...

開放的な場所に身を置き呼吸とヨガで自律神経のバランスを整えて心も体もリフレッシュできます。

◎ 2つの特典 キャンペーン実施!!

① 継続者特典キャンペーン!!

ヨガに参加し次月分を予約してくださった方に、1回1,000円を受講料から200円の割引をいたします!!(次回800円)

② テニス教室フリーチケットプレゼント!!

3/24のヨガにご参加くださった方全員に、1回950円~1,350円のレッスンが無料で受けられるフリーチケットをプレゼントします!

◎注意事項

・受付は芝生広場で行います。

・お手洗いは会場に設置していないため愛鷹テニスコートの管理棟をご利用ください。

※雨天等で中止の場合は、前日に当施設ホームページ上で17:00頃お知らせします。予備日はありません。



HP



Instagram

