

月曜日クラス

身体すっきり ストレッチヨガ

*ストレッチを行い、柔軟性・可動域を高めたのち、ヨガを行います。

日時：平成30年10月15日～12月10日
(10/22を除く)
全8回 毎週月曜日 午前10時～11時

対象：18歳以上の方

費用：5,000円(全8回分)

持ち物：ヨガマットの上に敷くバスタオル、飲み物、動きやすい服装等

定員：25名(申込順)

会場：相模原ギオンスタジアム 会議室

申込：メール／電話／FAX／スタジアムHPの教室フォームにて、氏名(フリガナ)

住所・電話番号・年齢・教室名を競技場までご連絡ください。

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088

FAX 042-777-0161

メール asamizo-stadium@dream.jp

HPアドレス <http://www.asamizo-stadium.jpn.org/>

広報さがみはら

9月15日号掲載

