

リンパストレッチ

疲労回復・ダイエット・むくみや肩こりの解消を目指します

日時：1月11日～2月1日

***毎週金曜日* (全4回)**

午前10時～11時15分 (75分)

対象：18歳以上の方

会場：相模原ギオンスタジアム 会議室

費用：2,000円 (税込)

定員：25名 (申込順)

持ち物：着替え・水分補給用飲料水・タオル・ヨガマット(競技場にも用意してあります)

申込み：12月1日から電話/メール/FAX/HPの教室フォームにて、氏名(ふりがな)・住所・電話番号・年齢・教室名を競技場までご連絡ください。

その他：動きやすい服装でご参加下さい。

広報さがみはら12月1日号掲載



相模原ギオンスタジアム (相模原麻溝公園競技場)

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL: 042-777-6088 メール: asamizo-stadium@dream.jp

FAX: 042-777-0161 HPアドレス: <http://www.asamizo-stadium.jpn.org/>