

4月よりスタート

リラックスヨガ

これからヨガを始めてみたい方！

初心者、ご高齢の方向けのクラスです！！

呼吸に合わせて動くことで、心身の疲れを取り除く、ゆったりとしたクラスです♪

料金：1回800円

開催日：基本毎週金曜日

時間：11:00～12:00

講師：後藤 美佐

予約・問合せ：0897-53-3006

主催：指定管理者 西条市スポーツ協会グループ
西条市ひうち1-2 西条市総合体育館

