

いつも元気！体力づくりにおすすめ

女性  
限定

# かんたんハタヨガ



お仕事帰りに。夜お休み前に。  
ゆっくり動いてリラックス！疲れをほぐしましょう。

**[火] 18:30~19:30**

講師 **高野 昌子**

ケンハラクマ認定ハタヨガ人初級インストラクター

¥ **4,320** (月3回)

体験レッスン(要予約)

随時受付中

体験料/500円

持参品/バスタオル・タオル・飲料水

つなぐ  
COOP  
SAPPORO

ルーシー文化教室

お問合せ・  
お申込みは **(011)851-8760**

札幌市白石区栄通18丁目 営業時間/(月)10:00~19:00、(火~木)10:00~20:00、  
(金)10:00~18:00、(土)10:00~15:00、(日)休業