

# ゆるゆるストレッチ



第1・3（月）  
無料体験 受付中

体力に自信のない方でも  
安心して入れるクラスです。  
無理せずゆるゆると身体の隅まで伸  
ばしていきます。身体が硬い方も  
大丈夫！

第1・3 月曜日 11:00~12:30

受講料 2160円 (税込) 月2回



講師 小泉 純代

お申し込み・お問い合わせはコープきつぽろ いしかり文化教室 0133-74-3541