

月2回、1回1時間のお手軽ヨガ♪

カラダに優しいヨガ

身体の硬い方でも大丈夫です

カラダの各部分が心地よく

伸びるのを感じられます

第2・4木曜日
体験受付中
無料体験受付中

第2・4木曜日 14:15~15:15

受講料 ¥2,160 (税込)

講師 大嶋智恵子

動きやすい服装、飲み物・タオルをお持ちください



お問い合わせ コープさっぽろいしかり文化教室 ☎0133-74-3541