

月2回、1回1時間のお手軽ヨガ♪

カラダに優しいヨガ

仕事帰りの空き時間にカラダに優しい簡単ヨガ

身体の硬い方でも大丈夫です

3/8・3/22

体験受付中

体験料 ¥540

日時 第2・4木曜日 14:15~15:15

受講料 ¥2,700(税込)

講師 岩佐 千聡

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