

体験・見学  
大歓迎♪



# やさしい ヨガ教室

	曜日	時間	定員 (人)
月・1	毎週月曜日	9:00~10:20	20
月・2	毎週月曜日	10:40~12:00	20
火・1	毎週火曜日	9:00~10:20	17
火・2	毎週火曜日	10:40~12:00	17

**受講料**

いずれも **7,200円** (3ヶ月)

前屈・腹筋・肩や首の運動などのストレッチで  
身体をほぐし正しい姿勢でポーズをとります。  
誰でも楽しめるヨガ教室です。

**和泉市生涯学習サポート館**

〒594-1112

大阪府和泉市三林町1273-1

**TEL : 0725-55-2115**

URL : <http://support-kan.com/>

和泉市生涯学習サポート館  
ホームページ

