

太陽礼拝108回できるかな??

パワーヨガ年末スペシャル

日時:22年12月24日(土) 10:30~11:30

場所:大浜だいしんアリーナ スタジオ

受講料:750円(税・保険料込)

対象:16歳以上(教室未参加の方大歓迎!)

定員:各20名(先着順)

持ち物:タオル・着替え・飲み物

受付:12月6日(火)~開催日前日までに電話、または受付まで



今年1年間のストレスなどヨガで解消し、
来年にむけて心機一転、心を清めましょう!
普段、ヨガを体験したことがない方でも
簡単な動作を繰り返すことで
ヨガの気持ちよさを実感いただけます。



講師:MIYA

■お問い合わせ・お申込み■

大浜だいしんアリーナ(大浜体育館)

〒590-0974 大阪府堺市堺区大浜北町5-7-1

TEL 072-225-4421 FAX 072-225-4425

開館時間 9:00~21:00 休館日 毎月第1月曜日・年末年始

大浜だいしんアリーナ



指定管理者:つながりーナ大浜PFI株式会社