



健康ヨガ体験会

静止動作中心に呼吸法から丁寧にアフローチし、
自律神経を調整しましょう！

【日程】

7/22(金) 10:00~11:30

【参加費】

500円

【定員】

先着 40名(予定)

【申し込み期間】

開催日前日まで受付

※定員に達しない場合は当日まで受け付けます！

※予備日を使用した場合は体験会は実施致しかね
ますので、ご了承ください。

【申込先・お問い合わせ】

兵庫県立総合体育館 ☎0798-43-1143

