心も体もスッキリヨガ

呼吸にあわせて大きく体を動かしていきます。
心と体の不調を内側から改善し心と体もスッキリ！！
そしてニッコリ！！な1日を過ごしていきましょう。

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館	2 休館	3 休館	4 休館	5 休館	6
7	8 祝	9 休館	10 ①	11	12	13
14	15 休館	16	17 ②	18	19	20
21	22 休館	23	24 ③	25	26	27
28	29 休館	30	31 ④			

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 休館	6	7	8	9	10
11	12	13 休館	14 ⑤	15	16	17
18	19 休館	20	21 ⑥	22	23 祝	24
25	26 休館	27	28 ⑦	29		

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 休館	5	6 ⑧	7	8	9
10	11 休館	12	13 ⑨	14	15	16
17	18 休館	19	20 祝	21	22	23
24	25 休館	26	27 ⑩	28	29	30

●日時
水曜日　11:00～12:00
（16歳以上　一般男女）

●持ち物
・運動ができる服装
・ヨガマット
・タオル
・ブランケット

●受講料
全10回
新規　10,000円
継続　9,000円

ゆうちょ引き落とし日 10月2日（月）

変更・退会締切 12月17日（日）ま

●臨時休館や休講となった場合、下記HPのQRコードにて情報発信しておりますのでご確認ください。

●下記はスクールの日程等の一覧となっております。

●お問い合わせ先：
ドラゴンスポーツセンター: 0748-58-3173

スクール情報　HP

*** 裏面もご覧ください ***