

# コンディショニングヨガ

各部位のほぐし方や体の使い方を学びます。

心と体の調子整えたい方、不調を緩和したい方・機能の改善にオススメ。

## 7月

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

●日時  
 ①火曜日 9:45~10:45  
 ②水曜日 9:45~10:45  
 (16歳以上 一般男女)

全10回  
 新規10,000円  
 継続 9,000円  
 単発 1,200円

●持ち物  
 ・ヨガができる服装  
 ・ハンドタオル  
 ・水分 (お茶等)  
 ・ブランケット or 大きめのタオル  
 (リラックス時に寝転んで羽織れるような)

## 8月

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

## 9月

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

ゆうちょ引き落とし日 7月1日(月)

変更・退会 6月16日(日)まで

- 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