

木村桂子先生の

お仕事帰りのリフレッシュヨガ 1・3水コース



19時15分からはじまる
心と体にやさしい時間。
やさしい基本のポーズで
心地よくリフレッシュ！

初心者歓迎。男女問わず
お気軽にご参加いただけます。

時間 第1・3水曜日 19:15～20:15

日程 2025年 10月1、15日 11月5、19日 12月3、17日

料金 全6回 10,020円

定員 15名

持ち物 運動のできる服装（※ジーンズ不可）、飲み物

講師 木村 桂子先生

場所 1F エアロビクス室

※体験（有料）や途中からの参加も大歓迎♪お気軽にお問合せください！

【千葉市中央区蘇我コミュニティセンター】

千葉県千葉市中央区今井 1-14-43

京葉線・外房線・内房線 蘇我駅より徒歩5分

お問い合わせ・お申込み TEL **043-264-8331**

HP <http://sogacc.jp/>

