

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 2026年 1月7、21日 2月4、18日 3月4、18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/>

