

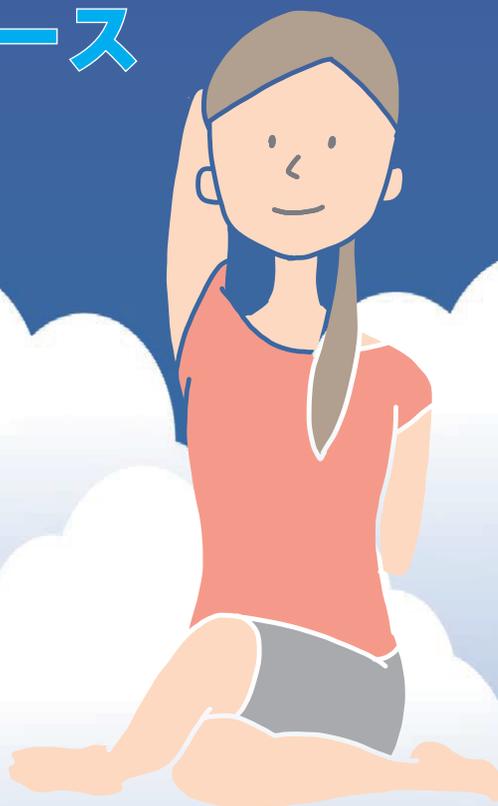
木村桂子先生の

お仕事帰りのリフレッシュヨガ

2・4水コース

19時から始まる
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2・4水曜日 19:00～20:00

日程 2026年 4月8、22日 5月13、27日 6月10、24日

料金 全6回 11,220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/>

QRを読み取って
「講座予約」から
簡単申し込み！

