千葉市中央区
蘇我コミュニティセンター

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2・4水曜日　19:00 ～ 20:00
日程	2027年　1月27日　2月10、24日　3月10、24、31日※第5週
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

・体験参加（有料）や途中からのご参加も可能です。お気軽にお問い合わせください。
・開講可否の判断および準備の都合上、受講料は前日までにお支払いをお願いいたします。
・当日のお支払いの場合、名簿等の準備が間に合わないことがございます。ご了承ください。

【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！