

朝ヨガ

朝にヨガを行う事で、血流を良くし、1日のメリハリをつけます。



開催日 10月2、16、30日・11月6、20日・12月4、18日

料金 1回500円

場所 上野台体育館 トレーニング室

定員 15名(先着順)

申込み方法 上野台体育館に電話連絡

申込み先 049-263-8988