



リフレッシュ ヨガ

REFRESH YOGA

呼吸を整え、自分の体と向き合います。

日時	毎週木曜日（第5週目を除く） 14：45～15：45
場所	上野台体育館 トレーニング室
料金	1回500円
持ち物	動きやすい服装 マスク
申込方法	上野台体育館に電話 049-263-8988