

ヨガ&温泉でやすらGO開催！

「ヨガ」とはサンスクリット語で「つながり」を意味し、心と体、魂が繋がっている状態のことを表します、老若男女問わず一生を通じて続けられる運動で心も体も元気になって頂けます！初めての方もお気軽にお問い合わせ下さい。ヨガと温泉お勧めです。ヨガ&温泉でやすらGOに是非、ご参加ください。

実施期日 3月6日(月)・20日(月)
4月3日(月)・17日(月)
5月8日(月)・22日(月) =合計6回です

実施場所 かまがり温泉やすらぎの館
実施時間 15:00～16:00 (ご入浴はレッスン前後どちらでも可)
参加料金 6,000円 (1,000円×6回、入浴料含む)
定員人数 限定12名様まで
持参物 運動しやすい服装・着替え・バスタオル・フェイスタオル
水分補給 (お水、スポーツドリンク) 等

講師名 荘野やよみ先生
・ヘルス&フィットネスアドバイザー

申込期日 平成29年3月3日(金) 先着順 *要予約
県民の浜ご宿泊のお客様は飛び入り参加可

申込場所 737-0402
呉市蒲刈町大浦7605 かまがり温泉やすらぎの館
電話 0823-66-1126
FAX 0823-66-1173

※ 電話・FAXでの申し込みOKです。

※ 参加料金は、1回目にご持参ください。

ヨガ&温泉でやすら GO!申込書

FAX 申し込み用紙

県民の浜 FAX 番号 0823-66-1173

申込者氏名	カナ：
	氏名：
住 所	
電話番号	() - -