

フレンドレックスン

ロコモK.Oのゆ〜ったり やさしいヨガ

健康的な日々を長く送るために「ヨガ」を始めてみませんか？
自分のペースで頑張らずに気持ちよく体を動かす「やさしいヨガ」です。
初めての方も体がかたくても、年齢性別を問わずどなたでもご参加いただけます。

10月開催スケジュール

10.8 水 14:00～

10.16 木 10:00～
(三方原店にて)

10.22 水 15:00～

10.30 木 15:00～
(サンストリート浜北店にて)

参加費

回数券 1 枚 or
ロコチケ 2 マス

定員

- ・浜松半田店 6 名
- ・三方原店 2 名
- ・サンストリート
浜北店 4 名

予約制・先着順

☎ 053-589-5552

バスタオル
ご持参下さい



ご予約・お問合せ先

フィットネススクール



浜松半田店 ☎ 053-589-5552

LINE

