月2回木曜日
14：00～15:30

※写真はイメージです

呼吸を感じ、身体をいたわる

セルフ整体ヨガ

Self-Care Yoga

講　師	得能京子
参加料金	2,200円／月謝制（月２回） ※定員に空きがあれば当日参加OK（当日参加料1,200円／回） ※月途中からのお申込みの場合は、その月の残り回数分を頂戴します
場　所	岩国運動公園　会議室
持ち物	ヨガマット(無料貸出有)
申込方法	参加申込書に必要事項を記入し 参加料金と一緒に窓口にご提出ください

3期スケジュール

10月	1日	15日
11月	5日	19日
12月	3日	17日

初めての方は
まずは無料体験で
ご参加ください！

問い合わせ

岩国市総合体育館　0827-32-7411

741-0072 山口県岩国市平田1-40-1 受付時間　9：00-22：00

岩国運動公園　検索

主催：岩国運動公園指定管理者　岩国市スポーツ協会・イズミテクノ・シンコースポーツ・アシックスグループ