

姿勢改善ヨガ体験会

～姿勢改善を目的とした運動指導～



事務作業による
肩こりにお悩みの方

身体を柔らかくしたい方

猫背が気になる方

参加者募集 🎵



日程：4月19日（月）

時間：13：30～14：30

対象：成人

定員：10名（先着順）

料金：500円

※当日使用する備品はこちらで準備いたします。

★講師 MAKI（マキ）

- ・ NATIC西日本健康科学専門学院ヨガ養成コース課程修了
- ・ 日本アロマ環境協会認定アロマセラピーアドバイザー修了
- ・ 日本リンパ美容整学院M・リンパケアセラピスト課程修了
- ・ シニアヨガ養成講座課程修了
- その他多数



【申込み方法】

みづま総合体育館

受付 又は 電話

受付時間（9：00～20：30）

【お問い合わせ先】

久留米市みづま総合体育館

TEL：0942-65-1115 FAX：0942-65-1160