



朝ヨガ教室

Beauty & Health

年齢や性別問わず、初めての方も大歓迎！
朝からヨガでリフレッシュしてみませんか？
(身体が硬い方でも無理なく気持ちよくできるレッスンです。)

開催内容

- ＜講師＞ 弊社インストラクター
- ＜時間＞ 10：00～11：30（90分）
- ＜曜日＞ 月曜日
- ＜日程：全9回＞ 2026年・9/14・10/26・11/9・12/14・12/28
2027年・1/25・2/8・2/22・3/8
- ＜受講料＞ 8,100円
- ＜定員＞ 8名（場所：1階 会議室）
- ＜持ち物＞ 運動できる服装 飲み物 タオル（室内シューズ不要）
- ＜申込＞ 9/1（木）より窓口にて先着順
（申込用紙記入、受講料支払い）

問い合わせ先 （指定管理者 シンコースポーツ株式会社）

名古屋市体育館 名古屋市熱田区六野2-5-3

電話番号

TEL 052-872-6655

ホームページ

Web <http://www.nagoyashi.taiikukan.jp>