

★富山初★

ラジオヨガ体操



ラジオヨガとは…

老若男女問わず誰でも簡単にできる
ラジオ体操のように音楽に合わせて
身体を動かす楽しいヨガです!

2009年11月14日(土曜日)

● 午後7時00分～7時30分

「ラジオヨガ体操」

※お子様も参加できます(要相談)

● 午後7時45分～8時30分

「ゆるゆるヨガ」

※女性限定です

参加費 おひとり 500円 (予約制)

[ご予約・お問い合わせ先]

ゆるゆるヨガ yuruyuruyoga@gmail.com

090(2036)3266 (19時～) スギモト

※留守電に必ずメッセージ(お名前・TEL番号)お願いします