

earth & eco(アース アンド エコ)1周年企画<女性限定>

**2009. 5. 10(sun)**

**10:00-11:00**

『 ワンコイン de ゆるゆるヨガ 』

**参加費 お1人様 500円**

**定員 10名 (要予約)**

運動が苦手な方や運動不足の方、体が硬い方など、  
無理なく楽しく始められるプログラムになっています。

**開催場所**

株式会社 ミヅホ建設ショールーム2F

富山市堀 243-1

TEL 076-423-6226

HP <http://www.mizuhokensetsu.co.jp>

**お持ち物**

汗拭き用タオル 水分補給の水またはお茶

※ヨガマット無料貸し出し

動きやすい服装でお越しください

飲食は2時間前までに済ませてください

**<ご予約・お問い合わせ先>**

**インストラクター**

Mayumi.S/スギモトマユミ

TEL 090(2036)3266 (19時~)

MAIL [yuruyuruyoga@gmail.com](mailto:yuruyuruyoga@gmail.com)

