



NPO法人
いさとスポーツクラブ

回覧

ウェーブストレッチリングを使って、
日常の疲れをほぐしませんか？

からだほぐしヨガ

参加者募集！

講師は…
ヨガインストラクター
ウェーブストレッチリングインストラクター
内 田
インストラクター

時 間 : 毎週金曜日※第4は休み

13:30~14:30

場 所 : 井上公園水泳場 2Fスタジオ

参加費 : ￥6,600(10回)※税込み

ウェーブストレッチリング(貸出し)を使います。
リングを使うと...

- ♡ ポーズがとりやすくなります。
- ♡ 一味違う新感覚！

コリをほぐして
スッキリ健やかに！

無理せず
マイペースでOK！



入会及び、体験(有料)をご希望の方は、
“いさとスポーツクラブ受付”に声をかけてください。

お問い合わせ : いさとスポーツクラブ
(井上公園水泳場内)

Tel(0565)44-0050

9:00~20:30 (月曜日はお休みです)



いさとスポーツクラブ
ホームページ