



開催日時

自然のリズムで  
心と体を整えよう

11月（2回開催）

8（水）10:00 - 11:00

16（木）19:00 - 20:00

## 季節のヨガ

11月のテーマ

## 冷え予防

定員各 15 名（催行人数5名）

※催行人数未満の場合は休講となる場合がございます

料金

1回  
1,600 税込  
円

場所

郡山しんきん開成山プール  
2階会議室

持ち物

動きやすい服装、タオル、ドリンク  
ヨガマット ※貸出用のヨガマット有

お申込は受付窓口までお願いいたします

郡山しんきん開成山プール  
住所 福島県郡山市開成一丁目5-12

Tel. 024-926-0450

WEB <https://www.kaiseizanpool.com/>

