

ホイールヨガ

背骨を柔軟にする為に設計された、丸い輪っかのトレーニング器具（ヨガの補助具）を使用して行うヨガです。
身体の隅々まで伸びる気持ちよさを実感してみてください。

日時	1/12・19・26（各水曜日）
時間	13:00～14:00
対象	18歳以上
定員	8名（先着順）
料金	1回 600円
備考	<ul style="list-style-type: none">・教室参加料はその都度 開催当日 にお支払い下さい・教室参加の際は毎回受付にて検温と健康チェックシートの記入のご協力をお願い致します。 <p>☆持ち物☆ 動きやすい服装・タオル・室内履き・飲料水・マスク</p>



ホイール(補助具)

【お問い合わせ】
幸手市B&G海洋センター
☎0480-48-0220

火曜日は休館日となります。予めご了承下さい。