

# リラックスヨガ

## in スポーツクラブエスタクロス城南

ヨガ初心者の方を対象に、身体の調整や健康づくりを目的に実施します。



【日時】 令和6年 **7月18日(木)** 午前**9:30~10:15**

【対象】 城南区在住または城南区にお勤めの、**18歳以上**の方

【定員】 **先着15名**

【参加費】 **無料**

【申込期限】 6月15日(土)から7月17日(水)まで

申込時に、氏名・年齢・住所・連絡先をお伝えください。

(先着順となりますので、お早めにご連絡ください)

【申込方法】 **スポーツクラブエスタクロス城南**まで、電話またはメール

【会場・問い合わせ先】 **スポーツクラブエスタクロス城南** (城南区七隈8丁目4-8)

電話 092-874-2300

メール estajohnan@sports-esta.com