

朝ヨガ

平日には時間がとれない

健康が気になっているけど運動の機会がない

そんな方のために土曜日のレッスンをご用意しました。

ヨガが初めての方も体が硬い方も大歓迎です！

心と体をリフレッシュしましょう

新定期クラス スタートします！

開催日時： 土曜日 9時20分 ～ 10時10分

場 所：浦和スポーツクラブ 領家スタジオ（さいたま市浦和区領家 4-5-6 石塚ビル3階）

月会費：2,484円 持ち物：ヨガマット又はバスタオル、飲み物、動きやすい服装

無料体験が1回できます。TEL048-887-7140までお電話でお気軽にお申込みください。

※ご本人又はご家族が当クラブの
会員の場合、土曜クラスに限り
1レッスン500円で当日参加
することもできます。

NPO法人浦和スポーツクラブ

〒330-0072 さいたま市浦和区領家 4-5-6 石塚ビル 2階 TEL 048-887-7140

Fax 048-677-7598 E-mail info@urawasc.org <http://urawasc.org>