

両方受けてみよう！

yoga&ピラティス

【内 容】自分にはどちらが合っているのかわからない、両方受けてみたい！という方の為の3回コースです。平日は中々参加が難しい方もご参加いただけますので、この機会に是非体験してみたいかがでしょうか？最終月の6月はヨガもピラティスも両方行います。

【日 程】 4月24日（ピラティス）
5月15日（ヨガ）
6月26日（ヨガ&ピラティス）

【時 間】 10 - 11時 【曜 日】 日 曜 日

【定 員】 35名 ※ただし、9名集まらなければ開催いたしません。

【場 所】 剣道場

【講 師】 (株)フクシ・エンタープライズ 秋葉裕子 先生

【持ち物】 ヨガマット、タオル、飲み物 【対 象】 中学生以上男女

【受講料】 3回コース：2,100円、1回単発：800円 どちらかお選びください

【申込方法】 3回コース受講希望の方は事前申込と事前お支払い必要。
単発受講希望の方は、事前予約必要・当日お支払い。

【募集開始】 3回コース及び4月単発参加の方は、3月18日（金）より
5月15日単発参加の方は、4月1日（金）より
6月26日単発参加の方は、5月1日（日）より

各月とも定員になり次第終了となります。

【注意点】 マスク着用での受講となります。ご自宅で体温を測ってからお越しください。更衣室が使用出来ないため、ご自宅で着替えてからお越しください。
また、新型コロナウイルスの拡大により開催出来ない場合もございます。

(株)モンテディオ山形 自主事業担当係 天童市山王1-1

問合せ先：023-655-5900 URL：<http://park.montedio.co.jp>

