

さばえスポーツクラブ ワンコイン体験会

FLOW SHIKI -

ヨガ・ピラティス

講師 : HARUYO

会 場 : 鯖江市スポーツ交流館
2Fフィットネススタジオ
参加費 : 500円(風呂敷の貸出有)



大人クラス

持ち物 : 飲み物, タオル



キッズクラス

対象年齢 : 5才以上

親子参加も可

持ち物 : 飲み物, タオル

14:00～受付

1/19(MON) 14:30-15:30

1/26(MON) 14:30-15:30

2/9(MON) 14:30-15:30

16:00～受付

1/19(MON) 16:30-17:30

1/26(MON) 16:30-17:30

2/9(MON) 16:30-17:30

風呂敷を使って、やさしく伸びたり包まれたり…。心と身体をそつと包み込む、新しいヨガメソッドです。

他のヨガでは味わえない、風呂敷に包まれる安心感と心地よさを体験してみませんか。ヨガが初めての方でも、安心してご参加いただけます。

大阪万博でも開催された本イベントが、このたび鯖江で初めて開催されます。今回は「体験会」として、参加費500円でご参加いただけます。皆さまのお越しを心よりお待ちしております。



さばえスポーツクラブ

各クラス、定員20名まで

事前申し込み受付中

事務局までお声がけください

申込、問合せ先 : 特定非営利活動法人さばえスポーツクラブ TEL : 0778-51-8618