

いいこと
いっぱいあります!

ピラティス
&

新陳代謝の向上
むくみ改善

ポールストレッチ

姿勢・からだの
ゆがみ改善

受講者募集♡

リフレッシュ!
日々の
疲れの癒し

日時： 令和2年10月24日（土）

13：30～14：30

場所： Uホール イベントホール

講師： 高田さおり先生

受講料： 遊・Uクラブ会員500円

非会員1,000円

定員： 15名

申込み： 10月10日（土）9：00～

※Uホール窓口にて、受講料を添えてお申込みください。

お問合せ： 遊・Uクラブ事務局 ☎64-1437

★ヨガマット、ストレッチポールは準備してあります。ご自分の物をお持ちになられても結構です。

★新型コロナウイルス感染予防の為、施設・用具のこまめな清掃、消毒をおこなっております。なお、入口にて検温、手指の消毒を行います。ご来館の際は、必ずマスクの着用をお願いいたします。