

アロマの心地よい香りに包まれながら…

今年1年がんばった自分にご褒美♡

アロマヨガ

受講者募集



アロマとヨガの相乗効果によって、より深いリラクゼーション効果やリフレッシュ効果が得られます。

★アロマヨガの4つのメリット★

- ①呼吸が深まる
- ②リラックス効果が高まる
- ③集中力が高まる
- ④美肌・ダイエットなどの効果が高まる

日時： 12月13日(日)
13:30~14:30

講師： 竹内 章子先生

場所： Uホール イベントホール

受講料： 遊・Uクラブ会員 500円
非会員 1,000円

持ち物： タオル、飲み物

定員： 15名

申込み： 11月16日(月)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(Uホール内)

※新型コロナウイルス感染症防止の為、施設・用具のこまめな清掃、消毒を行っております。なお、受付にて、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します。

切り取り線

『アロマヨガ』受講申込書

フリガナ	
氏名	
会員NO.	男 ・ 女
住所	
TEL	
受講料	入 ・ 未 担当