

昨年、大変好評でした!

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癒しのご褒美♡

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12日(日)

10:00~11:00

講師: 竹内 章子先生

場所: Uホール イベントホール

参加料: 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: 先着20名 ※お申込みはお早めに

申込み: 11月15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。

☆ 電話での予約受付も承ります。

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。