屋外教室を開催します

～大丸公園～

10月15日(木)
10:30~11:30

青空ヨガ
～代謝アップ～
担当：八重樫

10月16日(金)
13:30~14:30

青空ヨガ
～コンディショニング～
担当：勝田

申込方法：お電話またはフロントにて(先着順)
申込先　：オーエンス健康プラザ　042-370-2280
申込期間：10/5(月)11時から教室開催前日まで
※定員になり次第締め切り
対象：16歳以上の方　定員：25名　参加費：550円

★雨天中止★当日開始2時間前にHPに掲載します

持ち物：ヨガマット(バスタオルなどでも可)、飲物、
利用カード(お持ちの方のみ)

集合場所：大丸公園

★日差し対策は
各自ご用意ください

★参加に際してのお願い★
新型コロナウイルス感染症の
感染防止のためマスクを着用
していらしてください。

10月18日(日)
10:30~11:30

大地でピラティス
担当：葉養

★健康プラザ内には
入れませんので運動
できる服装でいらし
てください

★施設利用の各部受付時間は
検温対応のため電話に出ら
れない場合がありますので
ご了承ください