

今年1年頑張った自分にご褒美...

AROMA YOGA アロマヨガ

★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10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

一般 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13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)

担当(大沼、寺田)



HP



Instagram