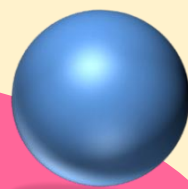


チューブとボール
を使って



ストレッチ教室

ゴムチューブと弾力性のあるやわらかいボール
を使って、ストレッチを行います。
たのしく、気持ちよく、心も体もリフレッシュ
させましょう！

7/7(月)
9:00~
申込み開始

【日時】 令和7年7月24日（木）
10:00~11:00

【場所】 Uホールイベント

【定員】 20名（先着順）

【講師】 高田さおり先生

【参加費】 遊・U 会員 500円 、一般800円

【持ち物】 タオル、飲み物

※ヨガマットは貸し出しできますが、ご自分のものをお持ちになられても結構です。

【申込み】 参加費を添えて、Uホール窓口にお申込み下さい。
電話、LINEでの申し込みも可

【お問合せ】 遊・Uクラブ事務局64-1437（Uホール内）



遊・UクラブHP



Instagram