

NPO 法人武蔵丘スポーツクラブ 健康ヨガ教室



ヨガにはリラックス効果やダイエット効果など様々な効果があります。
健康な身体づくりを目指している方にもおすすめです♪
心地よい音楽の中でゆったりとした時間を送ることができますので日頃の疲れ解消できます。

のびのびヨガ(火曜クラス)

日時:毎週火曜日 13:30~15:00

会場:武蔵丘短期大学 3205 実習室

料金:正・賛助会員 月 2,000 円

季節会員 月 3,200 円

※別途で保険料がかかります。

ゆったりヨガ(水曜クラス)

日時:毎週水曜日 10:00~11:30

会場:武蔵丘短期大学 3205 実習室

料金:正・賛助会員 月 2,000 円

季節会員 月 3,200 円

※別途で保険料がかかります。



指導者

ヨガインストラクター

渡辺 悠

武蔵丘短期大学卒業生



☆会員について

正・賛助会員…武蔵丘 SC に入会された方(年会費納入)

季節会員…短期で教室に参加される方

(10~12月だけなど)

☆保険料について

スポーツ安全保険加入します。

65歳未満 1,850 円

65歳以上 1,000 円

☆申込について

申込書に必要事項を記入しご提出ください。



NPO 法人武蔵丘スポーツクラブ

〒355-0154 比企郡吉見町南吉見 111-1

TEL & FAX 0493-54-0080

MAIL musatansc@yahoo.co.jp

リフレッシュヨガ(土曜クラス)

日時:隔週土曜日 13:30~15:00

会場:武蔵丘短期大学 3205 実習室

料金:正・賛助会員 月 1,000 円

季節会員 月 1,600 円

※別途で保険料がかかります。