

武道館無料開放日特別企画

連休疲れの
身体に!

ヨガ無料体験

夏に向けて身体を
動かしたい!

【5月6日(水・祝) 武道館無料開放日】

① 09:30~10:30

疲れた身体を癒す
疲労回復ストレッチ
定員になりました



② 10:45~11:45

心身共にスッキリ
向上ストレングス
定員になりました

ヨガ教室 トリーニ
藤森 智子 先生

場所：総合武道館 会議室
定員：15名 (①②共通)

※ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。
ストレッチマットもご用意しております。

【要予約】 武道館受付またはお電話にて事前予約を
お願いいたします。
定員になり次第受付終了となります。