

2024年度 年間予定

～マイナス5歳若返る～

# ゆるゆるヨガ

日程 毎週 水曜日

お子さま連れ、  
男性OK♪

時間 9:30～10:30

参加費 1,000円 (1回) ※チケット制(一枚から購入可)

講師 宗智映子 先生

注:日程変更となる場合がございます。

	4月	5月	6月	7月		
①	4月 3日	5月 1日	6月 5日	7月 3日		
②	10日	8日	12日	10日		
③	17日	15日	19日	17日		
④	24日	22日	26日	24日		
⑤		29		31		


問合せ: 高岡公園体育館 0565(54)0601