

浜スイ初!
ワンコイン!

善田睦美先生の ヨガ教室開催!

8月に浜田スイミングスクール初となるヨガ教室を開催します!
ヨガインストラクターの善田睦美先生をお迎えして、1時間のヨガ教室。
初めての方もヨガ好きな方も、年齢・性別問わずお待ちしております!

日程 : ① **満員御礼**

② **満員御礼**

時間 : 10:00 ~ 11:00

■講師 : 善田 睦美先生

■場所 : 浜田市室内プール 2階トレーニングルーム

■定員 : 各日10名(定員になり次第締め切ります)

■会費 : 500円(ヨガ教室+InBody 測定)



今回はヨガ教室とセットで体成分分析装置【InBody】の測定も行います。
InBodyとは、体内の水分やたんぱく質などの体の構成を調べたり、骨格筋と脂肪の割合、部位別バランスなど、自分の体内の様子を知ることができる装置です。ヨガで体をリセット&リラックスさせて、InBodyで自分の体と向き合ってみましょう♪



【お申込み方法】 7月11日より受付開始

当スクールの受付にて、申込用紙に必要事項をご記入の上
参加費を添えてお申し込みください。

【その他注意事項】

- ・年齢制限はございませんが、小学3年生以下のお子様は保護者の方と一緒にご参加ください。
また、保護者様の見学のみの参加は出来ませんので、予めご了承ください。
- ・キャンセルの返金につきましては、前日キャンセル分までとさせていただきます。

