



広いスペースで
からだを思いっきり
動かそう!!



8/2 日 10:30~11:30

YOGA

裸足

〈講師〉

ヨガインストラクター

大井 紀子 氏

会場

生命科学館
オープンスペース

定員

40名

利用料金

友の会会員 500円
期間利用 500円
一般 600円

- 受付は開始30分前から行います。
- 友の会会員・期間利用の方で期限が切れている場合は、前日までに更新をお願いいたします。
- 着替える場所はありません。
- 水分補給できるもの、タオル等をご持参ください。
- PILOXINGの申込みは8月4日(火)より開始いたします。

10/4 日 15:00~16:00

PILOXING

(ボクシング&ピラティス&ダンス)

裸足

〈講師〉

studio PILO 代表

寺窪 佳子 氏

参加者には

3時間利用半額券を1枚進呈

共催：とやま健康パーク友の会

お問い合わせ・お申込み



076-428-0809

<https://www.toyama-pref-ihc.or.jp>

