

お子様連れでも安心 リラックスヨガ

体が硬くても大丈夫！呼吸に合わせてゆったり体を動かし、心も体もリフレッシュ。健康づくりにぴったりの初心者講座です。

開催日

2026年

11/9 (月)

時間

10:30-11:15

会場

Aスタジオ (3F)

定員

20名 (最少遂行人数10名)

費用

1,100円(税込)

持ち物

飲み物、タオル、動きやすい服装

お子様連れの方はおもちゃをご持参ください。

※ヨガ実施中はお子さまが保護者の方の近くで安全に過ごせるよう、見守りをお願いいたします。

※定員になり次第、受付を終了いたします。

※ご入金はレッスン前日までにお願いいたします。

ご参加者いただいた方に
フィットネスガーデン馬橋

ご招待券1枚

進呈いたします！

講師のご紹介



インストラクター歴10年
hitomi先生

豊かな経験と穏やかな雰囲気
の先生で、初めての方でも
楽しく参加できます。

お申込み方法

下記の期間に、お電話又は直接フロントにて受付いたします。



047-712-1234

受付期間：2026年10/9(金)11:00～11/8(日)18:00まで

受付時間：平日(火・水・木・金)11:00-20:00

土曜10:00～19:00 日曜10:00～18:00