

無料体験教室開催！

* SUP YOGA *



不安定なボードの上で行うヨガです。
体幹をしっかり意識して体の内側から
鍛える事ができます。

無料体験では初心者向けの
基本的な動作から行う
レッスンを行います。



定員6名(先着順)

日時：12月19日(日) 14:00~15:00

場所：プール

持ち物：水着(水着として売られている物可)
スイムキャップ、タオル、水分

お申込み方法(予約制)

12月18日(土)までに

日置市B&G東市来海洋センター

099-274-2401までお電話いただくか、
施設受付にて直接お申し込みください。

※無料体験教室終了後、継続して教室を受講される方、
初回受講料500円OFFチケットをプレゼント♪