

親子ヨガ教室の写真



健康ヨガ





開催日時	毎週木曜日 19時30分～20時30分
場所	水元総スポ フィットネススタジオ
対象	一般男女 (催事により子どもも可能)
用意するもの	ヨガマット・汗ふきタオル・飲料水
内容	美しい姿勢にチャレンジ