

## 『2024年度 ホットリラックスヨガ土曜日』

柔軟や足の指圧などでしっかり体をほぐしてからヨガのポーズを行います。  
講師は、大手スポーツクラブでの経験豊富なインストラクター経験者です。  
自分のペースでむりをしないヨガです。

【開催予定日】 土曜日 10：30～11：50

4月	6・13・20	10月	5・12・19・26
5月	11・18・25	11月	2・9・16・23・30
6月	1・8・15・22・29	12月	7・14・21
7月	6・13・20・27	1月	11・18・25
8月	3・10・24・31	2月	1・8・15・22
9月	7・14・21・28	3月	1・8・15・22

【場 所】クラブハウス 多目的室

【対象者】一般

【持ち物】ヨガマット、飲み物

【会員年会費(保険料含む)】2,000円 入会日～2025年3月31日

【会員参加費】2400円/4回 出欠の事前申告により参加費の減額ができます

【体験料】600円 ※お一人1回のみ

1回目の参加時ではなく、前月末が締切です

連絡方法・・・いづれかの方法で前月末までに、ご連絡ください。

※ TEL：32-2741

※ FAX：32-3577

※ ホームページ：<https://www.umetsubojosui-sc.jp/>

※ メール：[info@umetsubojosui-sc.jp](mailto:info@umetsubojosui-sc.jp)



出欠連絡メールとQRコード



一般社団法人 梅坪・浄水スポーツクラブ

住 所：豊田市高原町7丁目22番地1（豊田高専北側）

教室の  
お問い合わせ：火曜日～日曜日 9：00～21：00

休館日：月曜日（祝祭日を除く） 年末年始

電 話：32-2741

FAX：32-3577

E-mail：[info@umetsubojosui-sc.jp](mailto:info@umetsubojosui-sc.jp)

