

期間：令和5年10月5日～12月28日（全12回）  
休講日：11月23日  
曜日：木曜日  
時間：13：30～14：30（60分）  
講師：上田先生  
受講料：10,560円

## 日程

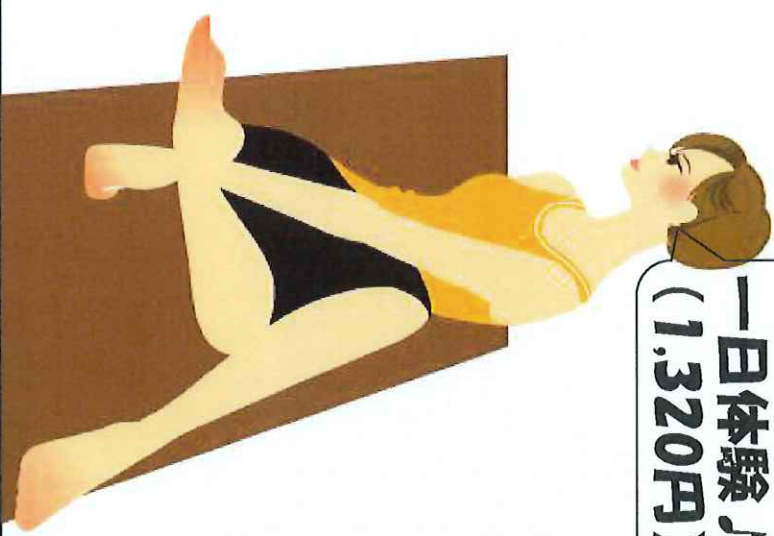
10/ 5、12、19、26  
11/ 2、9、16、30  
12/ 7、14、21、28

肩・腰痛・だるさ…すっきり!!

まずは  
一日体験♪  
(1,320円)

# 健康ヨガ

誰でも  
楽しく  
気持ちよく♪



## 久世地域体育館

指定管理者

ビバ・アシックス・日本メックス・テルウエルグループ  
京都市南区久世大塚町36番地  
受付時間 9：00～20：00 営業時間 9：00～21：00

HP <http://www.kyoto-taiikukan.com>

お気軽に電話ください

TEL：075-934-4317

