# ヨガ

まずは体験♪

誰でも
楽しく
気持ちよく♪

*初めての方でも大丈夫。*
*簡単なポーズからリラックスしていきましょう♪*

**日 時** 毎週水曜日 9:30~10:30
10月7日、14日、21日、28日
11月4日、11日、18日、25日
12月2日、9日、16日、23日

**受講** 全11回 9,680円 1回受講 1,320円

**持ち物** タオル・飲み物・運動着

## 肩こり・腰痛・だるさ…すっきり!!

# バスケットボールスクール

**小学3~6年生対象**

日　時：毎週木曜日　17：15 ～ 18：35
10月…　1日、8日、15日、22日
11月…　5日、12日、19日、26日
12月…　3日、10日、17日、24日
定　員：25名
持ち物：バスケットボール（小学生用５号球）
運動着、体育館用シューズ、飲み物、タオル
講　師：京都ハンナリーズ　石川コーチ　菅生コーチ
受講料：入会金　5,500円（税込）
月会費　8,000円（税込）
特　典：特製Ｔシャツ

**吉祥院地域体育館**
**指定管理者 （株）ビバ**
京都市南区吉祥院砂ノ町47番地
受付時間　9：00~20：00　営業時間9：00~21：00

お気軽にお電話ください　TEL：075-691-1271