健康ヨガ

肩こり・腰痛・だるさ…すっきり!?

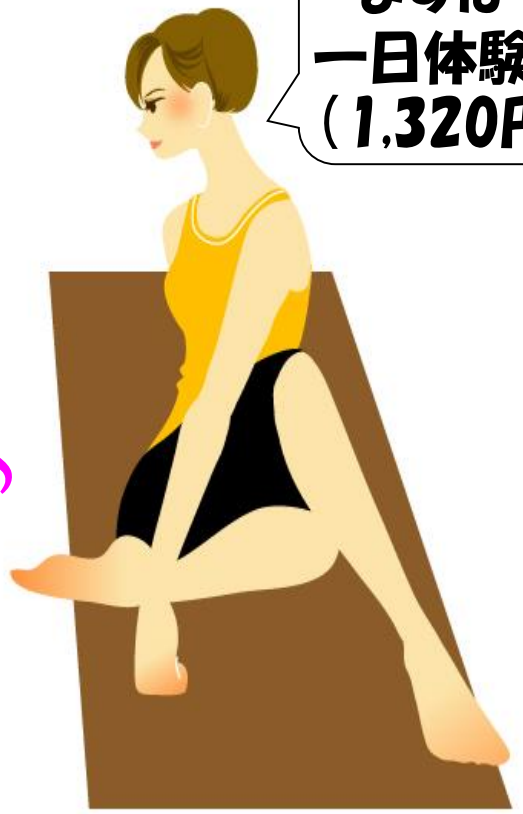
期　間：令和８年10月1日～12月17(全１２回)
休講日：12月24日・３１日
曜　日：木曜日
時　間：１３：３０～１４：３０（６０分）
講　師：上田先生
受講料：10,560円
持ち物：バスタオル、飲み物（水分補給

日程

10/ 1.　8. 15. 22. 29
11/ 5. 12. 19. 26
12/ 3. 10. 17
.

誰でも
楽しく
気持ちよく♪

まずは
一日体験♪
（1,320円）



久世地域体育館
指定管理者
ビバ・アシックスジャパン・テルウェル西日本・日本メックスグループ
京都市南区久世大築町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

お気軽にお電話ください　TEL：０７５－９３４－４３１７