

2023.7.14fri  
スタート

candle yoga start!!

# キャンドルヨガ

- 日程： 隔週 金曜日 19時30分～20時30分  
場所： 松平体育館 トレーニング室他  
対象： 一般 ※松平スポーツクラブ会員登録が必要  
定員： 15名  
参加費： 2,000円/月2回  
持ち物： 運動できる服装・飲み物・タオル  
ある方はヨガマット  
その他： 硬式テニス振替可能

以前より要望を多くいただいていた夜の時間帯に、キャンドルヨガが仲間入り！  
キャンドルの灯りを感じながら、非日常的な空間で周りを気にせずリラックスしてヨガを行えます。仕事終わり又はいつもより家事を早く一段落させて、自分と向き合う時間を作りませんか？昼間の健康教室と同様、定員に空きがあれば体験・都度利用  
硬式テニス振替が可能。松平体育館窓口にてお申し込みください。