

# ウェーブリング ストレッチ・ヨガ教室

ウェーブリングストレッチとは、ウェーブストレッチリングを用いて人間本来のしなやかな体づくりのために考案されたコンディショニングエクササイズです。

第2期(2025年1月～3月)の参加者募集です。

【場所】三幸アリーナ(泉南市立市民体育館)第2競技場

教室名	曜日	時間	対象	参加料	定員
ウェーブリング ストレッチ・ヨガ	木	11:00 ～ 12:00	16歳以上	10,000円 (10回)	10名

1月							2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28		23/30	24/30	25	26	27	28	29

体験受付中

※途中からの参加も可能です

無料でご参加いただけます(お一人様一回)  
お電話もしくは窓口にてお申込みください



三幸アリーナ(泉南市立市民体育館) 指定管理者/三幸株式会社  
泉南市樽井2-26-1 TEL 072-482-1000