



# ヨガとピラティス

体験イベント行います！！

## 講師紹介

ヨガ担当  
理学療法士  
(病院勤務)  
神林諒太先生



ピラティス担当  
理学療法士  
(病院勤務)  
吉川さおり先生



**日時** ヨガ教室 9月22日(土)  
ピラティス教室 9月26日(水)  
午前の部 11時~12時 午後の部 13時~14時

**参加費** 500円

(ご希望の方は整体(15分)を500円で受けることができます。)

さらに！ 参加された方は酸素カプセルが~~1500~~円【30分】⇒1000円！！！！

**定員** 教室 各回15名 整体 先着6名

(事前申し込み制になっておりますので、受付が電話にてお申込みください。)

**会場** いこいの郷常総 tel 0297-48-3217