

朝の

エス・パティオスポーツクラブ



めざまし体操



「めざましヨガ」

5/20（日）～10/7（日）

毎週日曜日に開催！！

立ったまま誰でも気軽に行える
ヨガ体操です！！ 担当：藤田

持ち物：タオル・水分

※8/12（日）はお休みとなります。

※都合により内容・担当が変更になることがあります。

時間： 7：00～7：30

場所：パティオお買い物広場

参加費： 無料

雨天実施



どなたでもご参加頂けます！
お子様の参加も大歓迎です！！

いっぱい参加してスタンプを集めよう！