

週毎でいろんなヨガが楽しめる！  
**週替わりヨガ**



体験受講可能！(1,100円)  
 ※1回のみ参加可能です。  
 満員の場合は受講できません。

**受講者大募集中！**

**講師紹介**

場 所 ■ 滋賀ダイハツアリーナ 多目的室

日 時 ■ 火曜日 18:45~19:45  
 ①肩こりスッキリヨガ  
 ②姿勢改善ヨガ  
 ③シェイプアップヨガ  
 ④リラックスヨガ

入会金 ■ 3,300円

受講料 ■ 1,100円/回 ※月謝制  
 例) 3回開催の場合、3,300円

対 象 ■ 高校生以上

定 員 ■ 20名  
 ※満員の場合、キャンセル待ちとなります。



MAYUCO

1ヶ月を通していろんなヨガを行い、  
 より健康を目指していきます！  
 初めての方や、リラックスしたい、  
 癒されたい、そんな方もぜひお気軽  
 にご参加ください♪

○持ち物：動きやすい服装、タオル、飲み物  
 ヨガマット※無ければ大きめのバスタオル

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、厳重に  
 管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等  
 を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



**滋賀ダイハツアリーナ**

TEL : 077-545-0108

〒520-2164  
 滋賀県大津市上田上中野町779番地  
<https://shiga-arena.jp/>

●営業時間 8:00~22:00

●休館日 第3月曜日  
 (月曜祝の場合、翌平日)  
 年末年始 (12/31~1/2)