

# コアパワーヨガ

肩こり、腰痛、冷え性などの身体機能の改善を目的とする、  
コンディショニングトレーニングです。

1. 日 程 ① 5月21日（木）申込締切5月11日必着  
② 7月16日（木）申込締切7月6日必着
2. 時 間 11時00分～12時00分
3. 会 場 スパランド裸・楽・良2階スタジオ
4. 定 員 各15名 ※最少催行人数8名、定員を超えた場合は抽選
5. 参加料 各500円 ※参加当日に限り、入浴（水着浴含む）無料
6. 申込方法 専用申込用紙に必要事項を記載のうえ、直接持参されるか、FAX、  
メールにてお申込みください。
7. 申込先 スパランド裸・楽・良（鹿児島市東俣町 1450 番地）  
健康づくり講座担当  
TEL 099-245-7070 FAX 099-245-7088  
Mail [kenkouevent@spa-rarara.com](mailto:kenkouevent@spa-rarara.com)

## コアパワーヨガ

申込日 令和 年 月 日

ふりがな	
名 前	男 ・ 女
住 所	
電話番号 メールアドレス	
生年月日	
参加希望日	5月21日（木）
※〇を記入してください	7月16日（木）