



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 10月21日（木）申込締切10月15日必着
 - ② 11月18日（木）申込締切11月12日必着
 - ③ 12月23日（木）申込締切12月17日必着
 - ④ 1月27日（木）申込締切1月21日必着
 - ⑤ 2月17日（木）申込締切2月11日必着

※申込の際は、参加希望日に○をご記入ください。
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人（参加申し込みが多い場合は、抽選）
5. 参加料 各300円 ※参加当日に限り、温泉入浴無料
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）
担当 高嶋・高田
TEL 099-245-7070 FAX 099-245-7088
Mail kenkouevent@spa-rarara.com

コアパワーヨガ

申込日 令和 年 月 日

| | | |
|--|-----------|--|
| 名 前 | 男 ・ 女 | |
| 住 所 | | |
| 電話番号 | | |
| 生年月日 | | |
| 参加希望日 <small>※参加希望日に○を記入</small> | 10月21日（木） | |
| | 11月18日（木） | |
| | 12月23日（木） | |
| | 1月27日（木） | |
| | 2月17日（木） | |