

# 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 4月20日（木）申込締切4月13日必着  
              ② 5月18日（木）申込締切5月11日必着  
              ③ 6月15日（木）申込締切6月8日必着  
              ④ 7月20日（木）申込締切7月13日必着  
              ⑤ 8月10日（木）申込締切8月3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人 ※超えた場合は抽選
5. 参加料      無料 ※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）  
                  担当 高嶋・高田  
                  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

|                      |          |
|----------------------|----------|
| 名 前                  | 男 ・ 女    |
| 住 所                  |          |
| 電話番号                 |          |
| 生年月日                 |          |
| 参加希望日<br>※○を記入してください | 4月20日（木） |
|                      | 5月18日（木） |
|                      | 6月15日（木） |
|                      | 7月20日（木） |
|                      | 8月10日（木） |