

主催 奥アンツーカ株式会社
後援 豊中市
令和7年度 第5期（2-3月）



グリスピヨガは、タイに古くから伝わる自己整体で全身をほぐし日々の不調を整えていきます。初めての方、身体のかたい方など年齢問わず参加していただけます。



YOGA 教室②

令和8年2月24日～3月31日(火曜日)

場所： グリーンスポーツセンター みつぼの花

料金： ¥3,600 (1回／¥600) 全6回

曜日： 火曜日

時間： 12：30～13：30 (60分)

対象： 一般女性 15名

申込： 令和8年1月27日（火）～
13時30分～来場受付 先着順

講師 川北昭子 先生

日本ルーシーダットン普及連盟所属

KICK OUT格闘技エクササイズインストラクター

ムエダイエットインストラクター

ダイエット検定一級

経絡ツボヨガインストラクター

シニアヨガインストラクター

パーソナルトレーナー



お問い合わせ先

グリーンスポーツセンター

〒561-0824

豊中市大島町3-9-2-1

TEL: 06-6398-7391

阪急神戸線

「神崎川」駅

北西へ約1,000メートル

無料駐車場有



OKU 奥アンツーカ株式会社

GRESPOPIA
TOYONAKA



体育施設H・P instagram grespoH・P

