

ルーシーダットン

# Yogga 教室

タイ式ヨガは、タイに古くから伝わる自己整体で、ゆったりとした動きで全身をほぐし、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を問わず参加していただけます。



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、ムエタイ 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

## 令和6年4月23日~5月28日

場所

グリーンスポーツ  
センター

料金

¥3,600  
(1回/¥600)  
全6回

時間 (60分)

11:15 ~  
12:15

火曜日

対象

一般女性  
15名

申込

3月26日(火)  
11時より窓口  
にて先着順



<https://oku-toyonaka.jp/> 豊中市屋外体育施設 🔍 検索

豊中市屋外体育施設 指定管理者  
奥アンツーカ株式会社



体育施設H.P



instagram



grespo HP

お問い合わせ

グリーンスポーツセンター

06-6398-7391

豊中市大島町3-9-2-1

営業時間 9:00~21:00

無料駐車場 P 有



※動きやすい服装・飲み物・  
タオルをお持ち下さい  
※お申込は、施設窓口までお越  
しく下さい  
※電話で受付の場合は、後日窓口  
でのお申込が必要です