【主催】北海道コンサドーレ札幌/Jリーグ

スポーツコートで行う ヨガ・ピラティス

inサッポロ・イーワン・スタジアム

参加費
1,500円

11/10 TUE	10:00-12:00	ピラティス
11/17 TUE	10:00-12:00	ヨガ①
12/15 TUE	10:00-12:00	ピラティス
12/22TUE	10:00-12:00	ヨガ②

初めての方でも安心してご参加いただけるレッスンです♪

ヨガ①講師
Kazue

札幌市内のホットヨガスタジオ、スポーツクラブ、個人レッスン等、幅広く活動中。指導歴13年。

ヨガ②講師
Eri

アウトドア好きヨガ講師。開放的なスタジアムで癒しとリフレッシュの時間をお届けします！

ピラティス講師
Yuna

柔道整復師という国家資格を保持し整骨院で勤務経験あり。いつまでも綺麗な姿勢でいられるようなレッスン内容です！

詳細は
イーワンHPで⇒

ご予約は
QRコードから⇒

サッポロ・イーワン・スタジアム　☎011-858-5111
札幌市白石区栄通14丁目2-35（無料駐車場70台）【後援】札幌市