



ヨガ教室

in アスリススポーツジム (1月)



アスリス会員様に向けたヨガ教室を開催いたします！

参加費は無料！ ご予約無し！ 当日参加も可能！

皆様 ぜひお越しください！

開催場所 アスリススポーツジム 2F スタジオエリア

※ヨガマットの数には限りがございます。マットをお持ちの方はご持参下さい。

※レッスン時間は1時間です。途中参加はお断りさせていただきます。

1月 2026年（令和8年）ヨガレッスン スケジュール							講師：湯原 竜也
日	月	火	水	木	金	土	
28	29	30	31	1 ジム休業	2 ジム休業	3 ジム休業	
4 19時スタート	5	6	7 19時スタート	8 定休日	9	10	
11 19時スタート	12	13	14 19時スタート	15 定休日	16	17	
18 19時スタート	19	20	21 19時スタート	22 定休日	23	24	
25 19時スタート	26	27	28 19時スタート	29 定休日	30	31	

<ご挨拶>

皆さん、初めまして♪ ヨガを担当させて頂きます。『たつや』と申します^^

茨城県を中心に活動しております。ヨガは継続する事で体だけでなく、心もポジティブな変化が現れます。

是非この素晴らしいジムで、一緒に楽しみましょう♪ どうぞ宜しくお願い致します。

湯原 竜也

Instagram @tatsuya.yoga

【アスリススポーツジム】

〒311-1504 茨城県鉾田市安房 1418-39

TEL.0291-32-7001

