12/5
SAT



YOGAでカラダをあたためよう

冷え対策 YOGA

会場 メインアリーナ

時間 9:45～10:45

持ち物 動きやすい服装、水分補給できるもの(ふたつき)、ヨガマット（持っている人）

窓口申込 2026年11/14（土）10：00～

※総合フロントにてお申し込みください。
※代理人によるお申込みはできません。本人または同居家族の方がお申込みいただきますようお願いします。

参加費 1650円（税込み）

定員 50名

12.5 SAT | 19:15～20:15

ピラティス

会場 メインアリーナ

定員 50名

参加費 1320円（税込み）

持ち物 動きやすい服装、ヨガマット（持っている人）
水分補給できるもの（ふたつき）



窓口申込 2026年11/14（土）10：00～

※総合フロントにてお申し込みください。
※代理人によるお申込みはできません。本人または同居家族の方が
お申込みいただきますようお願いします。