

# 美と健康

## 初心者のための ヨガ教室

### 時間

毎週木曜日  
20:30 ~ 21:30

### 場所

クイーンダンス教室  
(松山市立花 2 丁目 8 の 7)

### 料金

1 回、1,300 円 初回体験、無料  
(回数カード有)

ヨガマットは教室でお貸しします

動きやすい服装・タオル・飲み物をお持ちください