

京都 YMCA ウエルネスセンター

1名・5種目すべて
1回無料体験！

無料体験！



* スイミング・マシンジム・ヨガ・太極拳・樹林気功のプログラムが無料で体験できます。

* 高校生以上の方が対象です。

* お申込み時に身分証明証をお持ちください。

電話事前受付
京都YMCAウエルネスセンター
075-255-4709

☆下記のすべてのプログラムを1名・1回無料体験できます。

(詳しくは裏面をご覧ください)



スイミング



マシンジム



ヨガ



太極拳



樹林気功

☆ スイミング ① 早朝 7:00～ 8:30
② 午前 9:30～13:00
③ 夜 18:30～21:30

☆ マシンジム ① 早朝 7:00～ 8:30
② 午前 9:30～13:00
③ 夜 17:45～21:00

フリースイミング・フリージムです。講習会も行っています。

★ 太極拳 ① 金曜日 13:30～15:00

★ ヨガ ① 土曜日 11:00～12:15

★ 樹林気功 ① 火曜日 10:30～12:00
② 金曜日 19:00～20:30
③ 土曜日 17:00～18:30

(樹林気功は月2回の活動です。日程をご確認ください。)

詳しくは京都 YMCA ウェルネスセンター迄お問い合わせください。

京都市中京区三条通柳馬場角
TEL075-255-4709

★ちょこっと体験

上記成人プログラムの無料体験はしたけど、もう少しだけ試してみたい……。
1つのプログラムが **1回¥500** で体験できます。

●スイミング・マシンジム (6回まで)

* 1日1回限り * 1名1回限り *有効期限は、開始より1ヶ月

●ヨガ・太極拳・樹林気功 (いずれか3回まで)

* 1日1回限り * 1名1回限り *有効期限は、開始より2ヶ月