



初心者さんもどうぞ

# なのはなヨーガ教室

講師・小椋ゆきの  
インド中央政府  
ヨーガ指導者 国家資格



カラダが固くても  
大丈夫♪

4月7日(火) 13:30~15:00

4月21日(火) 13:30~15:00

開催場所: 県営なのはなハイツ

コミュニティルーム

費用: ¥ 500

お申し込みは不要です! 当日現地にお越しください。

動きやすい服装でお願いします。

ヨーガマットがなければ厚手もバスタオルでも構いません。

水分・ハンカチをご持参ください。

お問い合わせは・・・

TEL.080-2561-4419

主催: ゲンコミCR部会

