

リラックスしたい方に最適

なのはなヨガ教室



講師：

小椋ゆきの
インド中央政府
ヨーガ指導者
国家資格

・9月1日(火) ・9月15日(火)
・10月6日(火) ・10月20日(火)
13:30~15:00

場所：県営なのはなハイツコミュニティルーム

参加費： 500円

申し込みは不要です。動きやすい服装で

ヨガマットがなければ、厚手のバスタオルでもOK

飲物・ハンカチを持参ください

問合せ・・・ 080-3209-4669

主催： **ゲンコミCR部会**