

好評につき、11月から日曜教室を新設!

月2回から月3回の開催へ!

なのはなヨーガ教室

11・12月のご案内

ゆっくり、無理なく、心と身体をリフレッシュ



講師

小椋ゆきのさん
日本ヨーガニケタン講師

月3回
開催!

火曜日+日曜日
で、より参加
しやすく
なりました!

11月

3日(火)・17日(火)・22日(日)

★日曜教室★

12月

1日(火)・15日(火)・20日(日)

★日曜教室★

いずれも 13:30~15:00

会場

県営なのはなハイツ
コミュニティルーム

参加費

500円

申し込み不要!

当日、直接会場へどうぞ。

動きやすい服装でお越しください。

ヨガマットがなければ厚手の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

TEL.080-3209-4669

主催 ゲンコミCR部会