

前回7月におこないましたヨガ教室が大変好評でしたので、再度開催が決定しました!

11月4日は天候が良ければ、きららビーチにてビーチヨガを予定しています。お楽しみに!!



- ・日 時: 9月2日・11月4日(火) 全2回
10:00~11:30
- ・場 所: 本山地域交流センター 交流室・きららビーチ
- ・講 師: 山縣 イミ子 先生
- ・受講料: 無料
- ・準 備: ヨガマットまたはバスタオル
汗拭きタオル、飲み物
- ・定 員: 20名

※運動のできる服装でお越しください。



初心者さん向け はじめてのヨガ教室

申込・問い合わせ先: 本山地域交流センター 電話 88-2001

メールでのお申込みはこちらから

件名: ヨガ教室申込

本文: 氏名、住所(自治会名)、連絡先、年齢を入力の上、送信してください。

