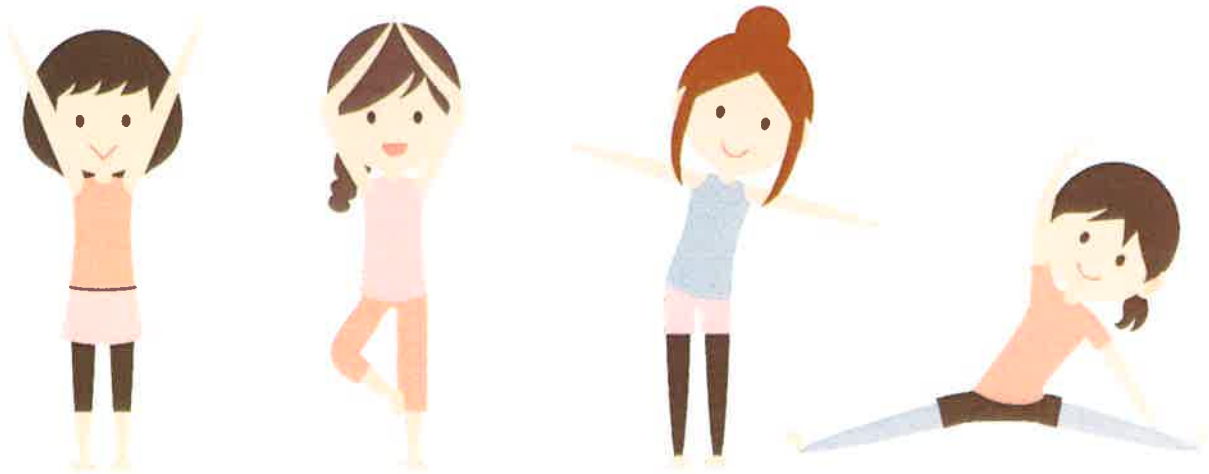


ゆるゆるヨガ

ゆったりとした動きの中で 身体の声を聞きましょう
身体がゆるむことで心もスツキリ元気になりますよ！



- 日時 : 9月11日 10月9日23日 11月13日27日
12月11日 各水曜日 10時~11時
- 参加費 : 3000円(全6回)
- 講師 : 児山由紀子氏(ヨガインストラクター)
- 持ち物 : 飲み物 フェイスタオル
- 申込 : 7月24日(水)より窓口または電話(先着20名)
- 申込先 : 東山田中学校コミュニティハウス
☎045-591-7240

