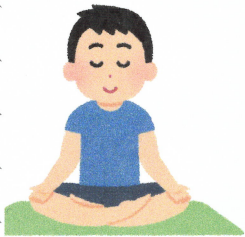


2024年

コミュニティ安倉

「ヨーガ教室」開催のご案内



手足をのばし、ゆっくり呼吸をして、

心と体を整えましょう

どなたでも参加できます、体験してみましよう

2024 年度日程

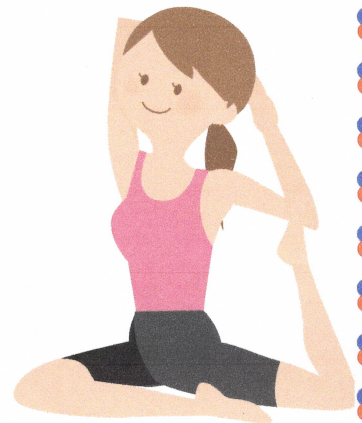
① 6月3日(月)

② 8月5日(月)

③ 10月7日(月)

④ 12月2日(月)

⑤ 2月3日(月)



時間 10:00~11:30

場所 安倉第2会館(下ノ池)・2階

参加費 300円

講師 鈴木 房子 先生

持ち物 バスタオル(ヨガマット)・お茶