

飯島コミュニティハウス

モーニングヨガ★!



ヨガの正しいポーズと呼吸法で

心と身体を健康に!

日程 5月19日 6月2・16日 (各日曜)

9時30分～10時30分



場所 飯島コミュニティハウス

講師 **TSUBAKI** 先生 (ヨガ・ピラティスインストラクター)

参加費 500円 (全3回分)

募集人員 15人 (小学生以上)

持ち物 ヨガマット (または大き目のバスタオル)



タオル、飲み物

申込方法 4月11日から直接またはお電話で

※ 駐車場がありませんので、
お車でのご来館はご遠慮ください。

飯島コミュニティハウス
栄区飯島町1863-5

Tel.045-891-1766

