

令和元年度生涯学習人財バンクやしお楽習塾講師企画講座

ヨガで心も身体も

すっきり リフレッシュ!



簡単なストレッチや呼吸法を学びます

7月13日 (土)

午前10時30分 ~ 正午

- | | |
|-----|-------------------|
| 会場 | やしお生涯楽習館1階 軽運動室 |
| 定員 | 15名(申込順) |
| 講師 | 吉田花織 さん |
| 参加費 | 無料 |
| 対象 | 20歳以上 |
| 持ち物 | ヨガマット又はバスタオル、飲み物 |
| 申込み | 6月15日から、窓口またはお電話で |

(申込み者が5名に満たない場合は中止になります)

やしお生涯楽習館 2階 市民活動支援コーナー

〒340-0802 八潮市大字鶴ヶ曾根 420番地 2

☎ 048(994)1000 午前9時~午後4時(火曜日休館)