

リラックスヨガ 体験講座!!

参加者募集中

ヨガが初めての方、



体の硬い方も大歓迎!!

日時：9月14日～10月26日 毎月第2・第4月曜日
10:30～11:30

場所：八景コミュニティハウス 研修室

参加費：2,000円（4回分 一括全納）

講師：新山みち江さん（金沢区「街の先生」）

申込方法：8月17日(月)9時30分から、
来館または電話（定員10名先着）

持ち物：ヨガマット・汗拭きタオル・飲み物



八景コミュニティハウス ☎790-1757