

～小顔フェイシャルと肩こり・腰痛予防～

RELAX YOGA

リラックスヨガⅡ

ヨガでカラダとココロの緊張を解きほぐし
イキイキとした軽やかな毎日を過ごしましょう！！

日 程：7月12日(金)・26日(金)

8月9日(金)・23日(金)

9月13日(金)・27日(金) (全6回)

時 間：10時～11時

募 集：12人 ※ 応募者多数の場合は抽選

参加費：3,500円(6回分)

持ち物：ヨガマット、汗拭きタオル、飲み物

申込み：6月11日(木)から6月18日(木)までに
電話または来館

講 師：新山 みち江(金沢区街の先生)

※ 資格：RTY500, IHTA1級



※いただいた個人情報は、今回の事業実施における事務処理のみに
使用いたします。そのほかの目的で利用することはありません。

柳町コミュニティハウス
住所:236-0026 横浜市金沢区柳町 1-3
電話・FAX:045-785-2403
ホームページ <https://officekanazawa.org/yanagi/>

