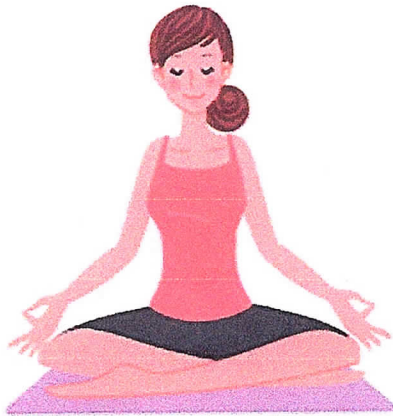


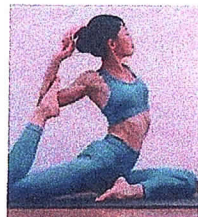
やさしいヨガ(初めて～初心者)



心も身体も
リラックス

会場 中生涯学習センター 和室

日時 1/21 14:00～15:30
1/28 14:00～15:30
2/4 14:00～15:30



講師 浅井悦子

*2019全米ライセンスRYT200取得

受講料 1,500円 教材費 無料
(全3回)

持ち物 ヨガマット(バスタオル可) ハンドタオル
動きやすい服装

問い合わせ・申し込み先 「なごやか市民教室事務局」
TEL (052)321-1579