

回 覧

ヨガ教室

参加者大募集！



ヨガのポーズに加え、東洋医学やインド医学のツボを取り入れ、家でもリラックスする方法を学びます。

日 時： 5月24日、6月14日、7月19日、8月23日、
9月20日、10月18日 毎回金曜日
午後1時30分～3時

場 所： 府中地区まちづくりセンター 1階集会室

講 師： 野村 美智留 先生

参加料： 無料

持ち物： 飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオルまたは
ブランケット

服 装： 上下とも伸縮性のあるもの、Gパン不可

定 員： 先着15名

※5月17日（金）までにお申し込みください。

※教室の様子を撮影した写真は広報等で使用することがあります。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ・お申込みは…

府中地区まちづくり協議会

☎23-2002