

ヨガ教室

後期のご案内

全身運動ですが、
動きがゆっくりなので
誰でも無理なく続けられます。



- 場 所： 府中地区まちづくりセンター 1階集会室
- 時 間： 13:30~15:00
- 参加料： 無料
- 講 師： 野村 美智留さん
- 定 員： 先着 15 名
- 持ち物： 飲料水、タオル、ヨガマット

9月29日
受付開始

開催予定	10月	11月	12月	1月	2月
	8日	12日	10日	14日	11日
	すべて金曜日です。 中止・変更されることがあります。ご了承ください。				

お申し込みは…