

リラックスヨガ

10月13日（日） 14時～15時

講師：織笠 和美（全米全英ヨガアライアンス認定講師）

定員：先着15名 対象：どなたでも（12才以上）

受付：お電話（03-3333-5166）

またはカウンターにて（9月17日より受付開始）

場所：宮前図書館3階講座室 持ち物：飲み物、タオル



初めてでも
大丈夫！



親子で
一緒に！

イスを使えば
カンタンに！



動きやすい服装で
お越しください



*頂いた個人情報は利用目的のみに使用し、第三者に提供することはありません。

*イベント中のケガや事故については、お客様ご自身の責任となります事をご了承の上ご参加ください。