

宮前図書館 健康講座

リラックスヨガ

ヨガで心身ともリラックスして、
毎日を健康に楽しく過ごしましょう。
動きやすい服装でお越しください。

全米全英ヨガアライアンス認定講師

織笠 和美 先生

日時 12月14日（日）

午後2時～3時

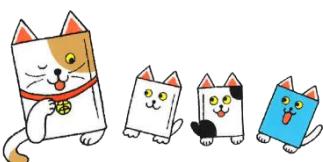
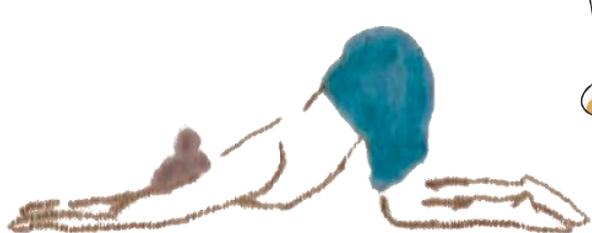
定員 15名（申込順）

場所 宮前図書館 3階 講座室

予約の受付は 11月25日（火）より

お電話（3333-5166）、

またはカウンターまで。



☆お問い合わせ☆

宮前図書館

（03-3333-5166）

杉並区宮前5-5-27

*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ございません。

*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。