

# 「ヨガ&ストレッチ教室」

参加費無料



日時 : 3月24日(日) 10時~12時

場所 : 弥生が丘コミュニティーセンター

講師 小谷 香 先生

今回のテーマは「**目覚めよ！私のカラダ！**」

皆さんの参加お待ちしております。

\*当日タオル、ドリンクは各自お持ち下さい。

弥生が丘自治会 健康推進

(共催) 三田市健康増進課