

今年もやります!

参加費無料

自治会員のための

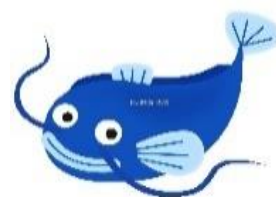
「ヨガ教室」

コロナ禍のステイホームであなたのココロとカラダ眠ってませんか?
さあ! ヨガであなたのココロとカラダ目覚めさせましょう!

日時: 7月24日(日) 10:00~

場所: 弥生が丘コミセン

定員: 20名



先行予約受付: **7/11** より平日(午前中) 079-562-0434 (コミセン)
にて受付。(定員になり次第締め切ります。)

当日は**マスク着用**で**フェースタオル**持参でご来場下さい。

(検温、手指消毒はコミセンで行ないます。ヨガマットとお水はこちらで準備します)

もちろん **初心者 大歓迎!**

インストラクター: 水王 京子 先生

(日本ヨガ普及協会インストラクター)



「namaste」

「ナマステ」

