

YOGA LESSON～きれいになるヨガ～

申込締切日
10月1日(水)



照井朋恵氏による、初心者でも楽しめるヨガ講座です。
敷物(ヨガマットもしくは大きめのバスタオル)と水を持参し、
動きやすい恰好でお越しください。
夜のヨガは、身体をゆっくりほぐし心の底からリラックス。
「心身ともにきれいになるヨガ」、是非試してみませんか。

日 時: **10**月**7**日(火)

19時~**20**時半 (18時半受付開始)

講 師: 照井 朋恵氏

会 場: 一関文化センター 4階 和室 2. 3

定 員: 独身男女 先着 12名

参加費: 無料

この講座は、いちのせき結婚活動サポートセンターの事業で行っています。

特定非営利活動法人ファンスポルト一関 ソーシャル・リレーション事業部

〒021-0881 一関市大町 4-29 なのはなプラザ 4F

tel : 0191-48-4677 (受付時間 9:00~17:00) e-mail: funspo@iaa.itkeeper.ne.jp



電話・FAX・ファンスポルト一関HP問い合わせフォームよりお申込下さいませ。