

2022年度 ~土曜の夜はリフレッシュ~

らくらく
楽々

第3土曜日

ヨガ



【日時】毎月第3土曜日 17:00~18:00

2022年 4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17、10/15、11/19、12/17
2023年 1/21、2/18、3/18

【参加費】1回300円 【対象】どなたでも ※申込不要♪

【持ち物】ヨガマット・フェイスタオル

初めてご参加の方は
お問い合わせをお願いします

【講師】あべ かおり 先生 ※できましたら、食後すぐのご参加はご遠慮ください

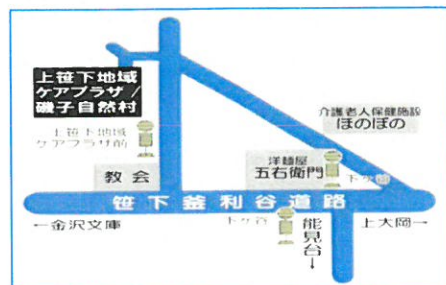
※天候や都合により中止することがあります

【会場・お問い合わせ】上笹下地域ケアプラザ

※お越しの際は
公共の交通機関
をご利用ください

横浜市磯子区水取沢町 60-17

☎769-0240



初めての方もお気軽にご参加ください