

2025年度

【日時】 毎月第3土曜日 15:30~16:30

2025年 4/19、5/17、6/21、7/19、8/16、9/20
10/18、11/15、12/20

2026年 1/17、2/21、3/21

【参加費】 300円 【対象】どなたでも ※申込み不要♪

【持ち物】 ヨガマット・フェイスタオル 【講師】 あべ かおり 先生

楽々 第3土曜日

ヨガ

※はじめてご参加の方はお問い合わせください
※都合により中止する場合があります

【会場・お問い合わせ】

上笹下地域ケアプラザ

横浜市磯子区氷取沢町 60-17

☎769-0240

