

体験版

やさしいヨガ

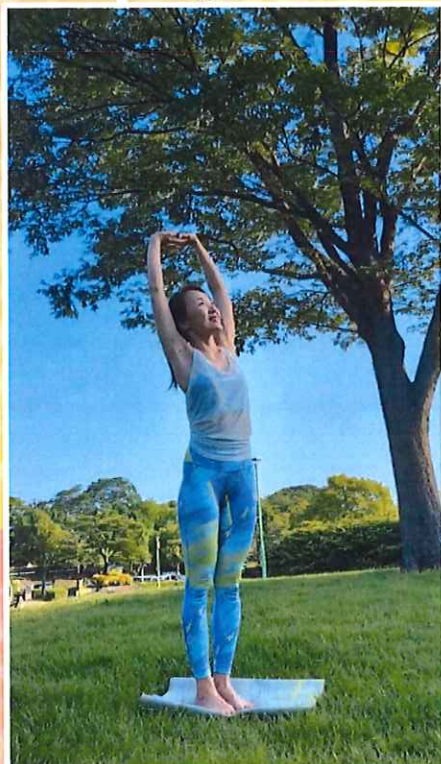


～ 和室で快適空間 ～

開催日時

10月1日(木) 10:00～11:00

以降、10月8日、22日を初めとする月2回の
定期開催予定



大好評の和室での開催です！
いつまでも自分の足で元気に歩く為に、
ヨガのゆっくりとした呼吸に合わせて
心身ともにさらに元気になりましょう！
どなたでも大歓迎です！

場 所 愛西市文化会館 第1・2和室

講 師 東山ヨガ道場 杉村わかこ氏

定 員 一般女性15名

受講料 500円

持 物 汗拭きタオル 飲料水 運動ができる服装

申 込 9/2(水)より 文化会館事務所でお申し込みください

文化会館のイベント情報が送られてきます→

愛西市文化会館 指定管理者ホームックス株式会社

〒496-0907 愛西市稲葉町米野303番地 TEL0567-28-3000



AISAIBUNNKA