



リフレッシュ・ヨガ

どんな世代の方でも楽しく参加できます。
ヨガをして、心も体もリフレッシュしてみませんか？

11/28(金) 10:00-11:00
南中山市民センター 第一会議室

参加費:無料

持ち物:水、タオル、ヨガマット(ある方)かバスタオル

申込:11/1(土)10:30~(5名程度)

電話または窓口へ

来てけさいん
「サークル体験会」

南中山市民センター (379-4780)