

# セルフケアヨガ

開催日時 : 10月7日(月)午後2時~3時

開催場所 : 角田総合老人センター

定員 : 25名 ※申込多数の場合抽選

抽選日 10月2日(水)

※当選された方のみご連絡します。

持ち物 : タオル 飲料水 ヨガマット

講師 : セルフケアヨガ講師 森 伸代氏

申込期間 : 9月20日(金)~10月1日(火)

申込方法 : 電話または直接窓口へ

申込先 : 角田総合老人センター

〒578-0912 角田 2-3-8

TEL 072-962-8011

