ぴゅあ峡南　市民企画講座

ココロと向き合うヨガ講座

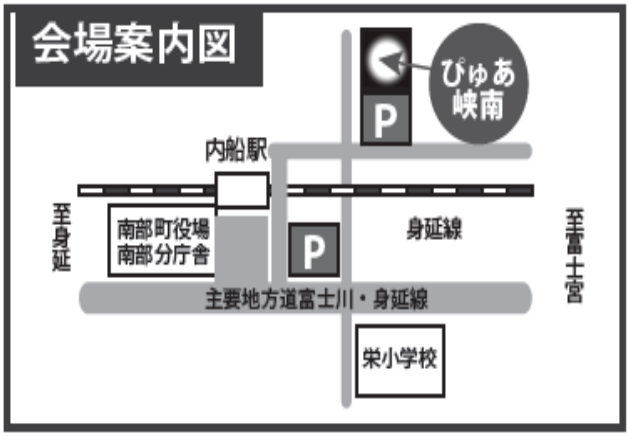
いつも元気に、いつも若々しくそして、毎日楽しく過ごすためにヨガを習ってみませんか？体が固いからと言っている方も大丈夫ですよ！

さあヨガに挑戦してみましょう！

2月6日(木) AM10:00～11:30

６か月～就学前
３日前までに
ご予約ください。

＊講師：梅原　由紀さん
＊定員：２０名
＊対象者：男女どなたでも
＊参加費：無料
＊持ち物：飲み物・汗拭きタオル

主催・お問合せ・お申込み

山梨県立男女共同参画推進センター
ぴゅあ峡南
TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700
〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2
Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp
申込み方法：電話・FAX またはメール
ＨＰ：ぴゅあ峡南で検索　検索