

～男女の健康応援します～

# ヨガと向き合うヨガ講座



いつも元気で、いつまでも若々しくいられるために、ヨガを習ってみませんか？

老若男女問わず健やかに生きるきっかけ作りをしてみませんか？

令和4年2月10日（木）

AM10:00～11:30

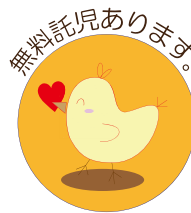
♡講師：梅原 由紀さん(ヨガインストラクター)

♡参加費：無料

♡対象者：男女どなたでも

♡定員：20名

♡持ち物：飲み物・汗拭きタオル・マスク



無料託児あります。

6か月～就学前  
3日前までに  
ご予約ください。



＊新型コロナウイルス感染拡大防止の為、必ずマスク着用の上、手指の消毒の励行にもご協力

をお願い致します。また、体調が優れない場合は参加をご遠慮くださいますようお願い致します。

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

会場案内図

