

ゆるヨガ



はじめての方も、体が硬い方も年齢を問わず、どなたでもご参加いただけます。

日程：12月20日（月）・R4年1月31日（月）

時間：10:00～11:00

場所：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ
多目的ホール

料金：無料

定員：15名

持ち物：バスタオル（お持ちの方はヨガマット）
動きやすい服装、上履き、飲み物、
タオル・マスク着用

申込先

沢渡三ツ沢地域ケアプラザ地域交流

045-577-8210

※感染拡大の状況により、イベントが中止、変更する場合があります。ご了承ください。