

はじめての シニア YOGA

若々しくいたいシニア向け。安心、安全に楽しめます！

2/2 ~ 4/6

※2月23日・3月9日はお休み

(毎週木曜日)

14時00分~15時00分

場所：棒の手ふれあい広場 和室大

★参加費 6,000円(全8回分)

★対象 60才以上の方

★定員 20名

★講師 下平 文氏(松下ヨガ認定講師)

★持ち物等 運動しやすい服装、ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル
※この他 活動に必要なものをお持ち頂く場合があります

★申込み 1月19日(木)午前9時~
電話、または、直接窓口にて

【お問合せ】

猿投棒の手ふれあい広場

豊田市猿投町別所23-1

TEL : 0565-45-7288

