

9月2日(火)

YOGA 始まります

気持ち良く体を動かしてみませんか？
呼吸や体に意識を向け、快適な姿勢で、
ゆったりとした動きのヨガを行います。
心も体もリラックス&リフレッシュ！

毎週
火曜日

午後6時～午後7時

笠間市民体育館 会議室

参加費

1人1回 500円

定員

20人程度

持ち物

ヨガマット・飲み物

参加申込受付中 未経験・初心者大歓迎！

申込み・お問合せはこちら

笠間市民体育館

笠間市石井2068-1

☎0296-72-2101