

平沼集会所

秋空の下で 外ヨガ

日時： 令和4年10月5日(水)・19日(水)

10:00~11:00まで

場所： 平沼集会所

対象： 成人 先着15名

内容： 秋空の下、屋外でたっぷりと呼吸をしながら、
のびのびと体をほぐしましょう。

参加費： 300円(2回分)

持ち物： ヨガマット(お持ちの方)、動きやすい服装
水分補給用の飲料水

申込日時： 令和4年9月13日(火)

10:30より電話または来館にて受付

当日は素足で行います。
サングラス・日焼け止め・
帽子などの日焼け対策は、
各自でお願いします。

お問合せ： 平沼集会所 ☎320-9608

