

心と身体に優しいヨガ



日時 2021年8月5・12・19・26日

木曜日 午前11時15分～12時15分

【定員10名】

場所 都賀コミュニティセンター2階多目的室

費用 3600円【全4回分】 (税込み、保険料含む)

持ち物 動きやすい服装、タオル(汗拭き用)、飲料水(水分補給)、

除菌用タオル、(お持ちの方は)ヨガマット

※館内でのマスクの着用をお願い致します。

※レッスン終了後はマットのアルコール消毒にご協力をお願い致します。

講師 佐藤 友美 (さとう ともみ)



都賀コミュニティセンター事務室まで直接、または電話・FAXでお申し込みください。

都賀コミュニティセンター

〒264-0025 千葉市若葉区都賀4-20-1 電話043(233)4211 F A X 043(233)8204