~お昼の簡単ストレッチタイム~

リラックスストレッチ



日程: 4/16.5/7.21.6/4.18.7/2.16

水曜日(全7回)

時 間: 13時15分~14時15分

会 場: 青葉台コミュニティハウス 1階多目的室

定 員: 一般 20名

参加費: 3,500円(全回分)

持ち物: ヨガマット・水筒

講 師: 山本陽子先生

申込み: 3/11より 電話又受付(先着順)

青葉台コミュニティハウス「本の家」

TEL 045-981-1400

〒227-0062 青葉区青葉台2-25-4

ホームパージ http://yokohama-shisetsu.com/aoba/