

やさしいヨガⅡ期

基本的なポーズ中心の初心者向きのヨガです

日程 9/11,18,25 10/9,16,23 (金)/全6回

時間：午前10時35分～11時35分

会場：美しが丘西地区センター体育室

募集：60人（抽選）

参加費：¥3,000（全6回分）

持ち物：ヨガマット（バスタオルでも可）

申し込み方法：※お車でのご参加はできません。ご注意ください。

①返信ハガキご持参のうえ、窓口でお申し込み

②公式ホームページ申込ページからお申し込み

【URL】<https://yokohama-shisetsu.com/utsu/event/>

<応募申込期間>

8月11日10時～28日まで応募受付 9月1日以降抽選後発表



講師：松沢康代先生

お問い合わせ

横浜市 美しが丘西地区センター

☎045-903-9204 📍横浜市青葉区美しが丘西3-60-15

指定管理者

公益社団法人 横浜市民施設協会

<https://yokohama-shisetsu.com>



「やさしいヨガ（Ⅰ期）」

申込ページQR