

背骨コンディショニングサークル

げんき組



毎日の生活を快適に過ごせるように、みんなで楽しく身体をほぐしましょう♪
お子さんと一緒の参加も OK です！みんなで一緒に楽しく運動しましょう！

《活動日時》 第 4 金曜日 11:30~12:30

《場所》 おひさまハウス(プレイルーム1)

《講師》 下川範子

《会費》 1,000 円/1 回

《持ち物》 ヨガマット、タオル、飲み物

毎回必ず参加できなくても大丈夫♪
お友だちと一緒に参加も歓迎です。
ご興味がある方、参加してみたい方はお気軽にお問い合わせください。

《申込み・問い合わせ》

おひさまハウス: ☎0942-53-3123