

みんな元気！さがみはら

楽しく健康講座①

ゆっくりのびのび健康ヨガ！！

◇開催日： 令和7年5月11日(日) 午前10時～11時30分

◇会 場： 新磯公民館 2 階大会議室

◇定 員： 20名

◇参加費： 無 料

ヨガインストラクター

◇指 導： 池下 静(いけした しずか)先生

◇持 参： 運動の出来る服装・靴・飲み物・タオル

◇申込み： 4月15日(火)から5月8日(木)までに公民館へ

◇問合せ： 新磯公民館 TEL046-256-1900



主 催：新磯地区健康づくり普及員協議会

共 催：新磯公民館