

2019 関山街道フォーラム協議会

第3回

ぷらっと

カフェ

ヨガで心も体もリラックス

ストレスの多い現代の生活。呼吸が浅くなっていませんか。からだの声に耳を傾けてみませんか
日 : 10月27日(日)

時間 : 10:00~12:00 (開場 9:30~)

場所 : 錦ヶ丘コミュニティーセンター

研修室 A・B

講師 : 笹川典子氏 三浦伸子氏

定員 : 15名

参加費 : ¥1,500

持ち物 : フェースタオル おしぼりタオル

★ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。



動のヨガ・静のヨガ+楽器【シンギングボウル】

お申込み

10月25日まで下記へ
お申し込みください。

TEL 090-2847-9430 廣田

関山街道フォーラム協議会

関山街道沿線の市民活動団体、民間、行政等の団体が連帯し宮城地区を中心に地域の魅力を発信し活用を可能とする事業を行っています。

地元の良さに目を向け一緒に楽しみませんか！