

健康ヨーガ講座

ヨーガは年代を問わず、誰にでも出来る健康法です。
正しい呼吸法と簡単なポーズで楽しくやってみましょう！
初めての方大歓迎です。



日 時：平成22年9月29日（水）
午前11：00から12：30
会 場：アトリオン6F 女性会館 和室
募集人員：12名
受講料：500円
申込期限：9月24日（金）
定員に達し次第締切りとさせていただきます。

動きやすい服装でいらしてください。
和室にて、裸足で行います！



申し込み・問い合わせ：

秋田市中通二丁目3番8号 アトリオン6F

財団法人秋田県女性会館

TEL 018-836-7840

FAX 018-836-7886