

サークル体験会 (成人の部)

～春は草野公民館で！～

無料体験会

みなさん公民館で楽しく活動しています。春に向けて新しいことにチャレンジしてみませんか？お誘いあわせのうえ、体験からぜひご参加ください。

① 佃川流 大江戸玉すだれ

日時 2/24 (土) 14:00～15:00

場所 講堂 定員 10人

持ち物 飲み物

協力団体 くさの大江戸玉すだれ



☆日本古来の伝統芸「玉すだれ」は、頭と体を使って楽しく心をはっぴ～にします。見学・体験大歓迎です。月に2回活動しています。

(活動日 第2・4木曜日 13:30～15:00)

② やさしいハタヨガ

日時 2/28 (水) 10:00～11:30

場所 講堂 定員 10人

持ち物 動きやすい服装・タオル

飲み物 ヨガマット(バスタオル)

協力団体 やさしいハタヨガ



☆ヨガの基本と姿勢や呼吸を体験します。主催事業の参加者で誕生したサークルです。先生の丁寧でやさしいご指導のもと月に2回活動しています。

(活動日 第2・4水曜日 10:00～11:30)

申し込み方法

2/2 (金)～2/14(水) 9:00～17:00に

電話か来館で受付をしています。

定員を超えた場合は、2/15(木)に抽選し当選者のみご連絡します。

主催：草野公民館



問い合わせ：千葉市稲毛区園生町384-93 TEL. 043-287-3791

<https://chiba-kominkan.jp/inage/kusano>