

長作公民館主催講座

ヨガ部

サークル化を目指して

男性 大歓迎！！

バランスのよい筋肉

自律神経の整え

瞑想

参加費
無料

2024年

11/17・12/1・

12/22・1/5 (日)

10時～11時

休日に体をサクッとメンテナンス！

- ★ 場所 長作公民館 講堂
- ★ 持ち物 ヨガマットまたはバスタオル
動きやすい服装でお越しください

応募期間 11/3(日)～13(水)

応募多数の時は抽選となります。
募集期間内に定員に満たなかった場合は
先着順で申込みをお受けします



申込み・問合せ

長作公民館 花見川区長作町1722-1
TEL 043-258-1919 FAX043-286-6449
電話または当館窓口（9時～17時）、
HP申込みフォームから申込みください

長作公民館HP

