

椅子ヨガ 体験会

2022年 11月12日(土)

受付 13:30 開始 14:00 終了 15:30

講師：不二山 礼子 氏

【場 所】 入間市産業文化センター A棟2階・第2集会室

(入間市向陽台1-1-7)

【参加費】 500円(税込) ※ 当日集金

【定 員】 先着20人 ※ 中学生以上

【受付期間】 10月15日(土)から定員に達するまで

【申し込み】 入間市産業文化センター 窓口・電話にて受付

TEL.04-2964-8377 (窓口 8:30~19:30/平日の月曜日を除く)

【お問い合わせ】 入間市産業文化センター TEL.04-2964-8377

住所 〒358-0001 埼玉県入間市向陽台1-1-7

椅子を使用した安全、
安心なやさしいヨガ
の体験会です。



脚力、筋力、柔軟が
低下している人でも、
安心して無理なく
ご参加いただけます。



※楽な服装(ズボン)、運動のしやすい靴、マスク着用でご参加ください。

※タオル、飲み物をご持参ください。

※小学生以下の参加、入場はご遠慮ください。

※会場内での喫煙、写真撮影、録音・録画機材等の持ち込みは固くお断りします。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のための十分な対策を行った上で、実施いたします。 ●ご来場の際は、マスクの着用・手指の消毒・ソーシャルディスタンスの確保等、感染拡大防止にご協力をお願いいたします。

主催：公益財団法人 入間市振興公社

