橋子三力 _{(体験会} 2023年 月 18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 | - | - 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。



【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】 | 0月2 | 日(土)から定員に達するまで

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。

【申し込み】入間市産業文化センター 〒358-0001 埼玉県入間市向陽台 1-1-7

- ●窓 ロ 8:30~19:30/祝日を除く月曜日休館
- ●電 話 04-2964-8377
- ●Eメール sinko-sb@iruma.or.jp
- ※楽な服装(ズボン)、運動のしやすい靴でご参加ください。
- ※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対策を行った上で、実施いたします。



