

令和7年度 ほどがや地区センター自主事業のお知らせ

リラックスヨガ

ゆったりと体をほぐしていきながら、心と体を整えていきます。
初めてヨガを行う方でも無理なく楽しめる内容です。

開催日時	4月 3日・17日 5月 1日・15日・29日 木曜日【全5回】
時間	10:30~11:30
定員	成人 先着20名
持ち物	飲み物・汗拭きタオル
参加費	2,500円【5回】
講師	山田 夕美 先生
会場	レクリエーションホール
申込方法	3月15日 9時30分より電話で申込み

【問い合わせ】ほどがや地区センター
(住所) 保土ヶ谷区天王町1-21
(電話) 045-333-0064
≪指定管理者≫ 一般社団法人 保土ヶ谷区区民利用施設協会

