

令和8年度 ほどがや地区センター イベントお知らせ

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	5月 7日・21日 6月 4日・18日 7月 2日・16日 木曜日【全6回】
時間	10:30~11:30
定員	成人 先着12名
持ち物	飲み物・汗拭きタオル (※動きやすい服装でお越しく下さい)
参加費	¥3,300円
講師	山田 夕美 先生
会場	中会議室
申込方法	4月2日 9時30分より電話で申込み

(※5月1日以降のキャンセルについては参加費をいただく場合があります)

【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