

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 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ださい)
- 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