<中央区／趣味・教養>

タイトル 初心者にもやさしいジェントルヨガ

【内容】 ヨガで心と身体をほぐします。

持ち物：飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット、動きやすい服装

【日時】 10/9(木)・10/16(木)・10/23(木)・10/30(木)14時～15時30分。全4回

【会場】 旭山公園通地区センター(札幌市中央区南9条西18丁目1-32)

【対象】 15歳以上の女性の方(中高生を除く)

【定員】 12人

【費用】 3,000円

【申込】 電話、直接。9/18(木)(受付時間:9時～17時)から旭山公園通地区センター(札幌市中央区南9条西18丁目1-32、TEL011-520-1700)へ。先着。※申し込みが著しく少ない場合は中止することがあります

【問合せ】 旭山公園通地区センターTEL011-520-1700