

ナイト NIGHT★ヨガ

心身のリラックスと質の良い睡眠へ導く
夜★のヨガ

開催日 10月12日・10月26日
11月 9日・11月30日
12月14日・12月21日

19時15分～20時15分(水曜日)

参加費 1回につき 500円

対象 成人20名 当日 先着順

持ち物 汗拭タオル・飲物・除菌用タオル
ある人はヨガマット

掲載中の講座はコロナ感染状況により、中止になる場合があります。

日頃から、顔の見えるつながりを！自治会町内会に加入しましょう 鶴見区自治連合会



〒230-0011 横浜市鶴見区上末吉2-16-16

末吉地区センター TEL045-572-43



みんなとつながるまちづくり
NPO法人

鶴見区民地域活動協会