

ロコモヨガ

私らしく過ごすために



〈全2回〉



ヨガを通じて健康寿命をのばし、
もっと笑顔あふれる毎日を!

日 程

7月3日・10日
(毎週月曜日 全2回)

時 間

14:00~15:30

対 象

成人 10名

参加費

500円

申込日

6月5日(月) 9:30~
※電話申込は6/6から

持ち物

- ・汗拭きタオル
- ・飲み物
- ・動きやすい服装と靴

〒230-0048



横浜市鶴見区本町通 4-171-23 潮田交流プラザ2F
潮田地区センター TEL 045-511-0765



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
(指定管理者)

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!