

＼ 藤岡ふれあいの館より /

ジュガ講座

〈ハワイ式の基礎的な運動〉

無料体験会

NEW

オススメ!!

✓運動が苦手な方

✓健康のために無理なく運動したい方

【開催日時】

令和6年 6月26日(水)、7月24日(水)

※14時～16時の時間内に
ご自由に体験できます

《場所》 藤岡ふれあいの館 大会議室

《持ち物》 ヨガマット、飲み物、タオル

講師：高木 有佳理先生

お申込み・お問い合わせ (藤岡ふれあいの館)

☎ (0565)75-2105