

お母さんのための リフレッシュヨガ

令和6年 9月7日（土）

10：30～11：45

ヴィーブル
2階 日本間

参加無料
事前予約制



肩こり・腰痛など…
体の不調を軽減したい方
お気軽に参加してみませんか

動きやすい服装でお越しください

たなまちくみこ

講師：棚町久美子さん アイアンガーヨガ認定指導員

対象：育児中のお母様・保護者の方

申し込み開始日：8月1日（木）先着15名

お申込・お問合せは
こちらから



096-242-5555

お子様連れの場合受付時にお知らせください