

定員 8名

興味のある方ならどなたでも

受講料 1,000円/回

ヨガマットの貸出し:100円/回

持ち物 ヨガマット、水分

お申込みは
こちらから



呼吸

こきゅう

を味方に。



リラックスヨガ

毎月第1・第3月曜日

第1・3以外での開催もございますので
コミュニティ大学のサイトや施設へ直接お問い合わせください

時間 10:30~12:00

場所 にぎわい交流館

お問い合わせ

鴻巣市にぎわい交流館にこのす
鴻巣市中央1-32

TEL:048-541-2901 (9:00~17:30)

公式
HP



／インスタも／

