

ヨガをはじめてみませんか！

～ヨガで心と身体を健康を
とりもどしましょう！～

日 時 10月21日（火）、28日（火）、
11月4日（火）、11日（火）、18日（火）

午前10時30分～正午 全5回

場 所 中央公民館 体育室

対 象 市内在住、在勤、在学の方

講 師 津野 ひとみ 氏

定 員 15人

参加費 400円（全5回分）

持ち物 ヨガマット（お持ちの方）貸出可
タオル、飲み物

申込み 9月17日（水）午前9時から
電話または窓口で受付

問合せ 中央公民館 42-5156



幸手市中央公民館 電話 0480-42-5156