

わくわくカレッジ

千葉市南部青少年センター
令和6年度 青少年・一般対象講座

受講者募集

春のヨガ入門

令和6年5月18日(土)、25日(土)、6月1日(土)

全3回 13:30~15:00

会場:千葉市南部青少年センター2階講習室

内容:
・ヨガの呼吸法、体勢
・体の均衡を保つ健康法
の基礎の習得

持ち物:敷物(バスタオルなど)、
動きやすい服装、飲み物

参加費:無料

対象:16歳以上の方

定員:12名

申込:4月3日(水)~18日(木)

電話で申し込み後、**抽選**



★申込・問い合わせ★

〒260-0841

千葉市中央区白旗1-3-16

電話:264-8995