

2019 関山街道フォーラム協議会

第3回

ぶらっと

カフェ

ヨガで心も体もリラックス

ストレスの多い現代の生活。呼吸が浅くなっていませんか。からだの声に耳を傾けてみませんか
日 : 10月27日(日)

時間 : 10:00~12:00 (開場 9:30~)

場所 : 錦ヶ丘コミュニティーセンター

研修室 A・B

講師 : 笹川典子氏 三浦伸子氏

定員 : 15 名

参加費 : ¥1,500

持ち物 : フェースタオル おしぼりタオル

★ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。



お申込み

10月25日まで下記へ
お申し込みください。

TEL 090-2847-9430 廣田

動のヨガ・静のヨガ + 楽器【シンギングボウル】

関山街道フォーラム協議会

関山街道沿線の市民活動団体、民間、行政等の団体が連帯し宮城地区を中心に地域の
魅力を発信し活用を可能とする事業を行っています。

地元の良さに目を向け一緒に楽しみませんか！