

ヨーガ療法を 体験してみませんか？

日 時：2019年3月19日（火）

10:00～11:30

場 所：田無総合福祉センター 3階 第一会議室

田無町5-5-12

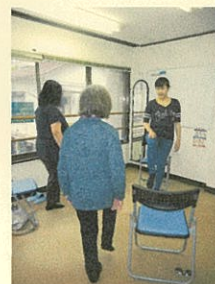
講 師：（社）日本ヨーガ療法学会

認定ヨーガ療法士 加藤祥子先生

参加費：無料

定 員：15名

申込締切：2019年3月18日（月）までにお申し込みください



申込先：西東京市社会福祉協議会 アベ・ムラタ

☎ 042-438-3771

Mail tsunagaroom@n-csw.or.jp



難しいポーズは
行いません。
ゆっくりな動きで
無理なく筋力を鍛える
ことができます。

