

リラックスストレッチ & 簡単瞑想

日 時：令和4年2月8日（火）

①午前9時30分～10時30分 ②午前11時～12時
お好きな時間をお選びください。

場 所：平塚市福社会館 1階 集会室

講 師：児玉 美保先生（zuci yoga 主宰）

対 象：市内在住の60歳以上の方

定 員：18名（9名×2回）
（応募者多数の場合は抽選）

参加費：500円

持ち物：動きやすい服装、水、タオル、ヨガマット（お持ちの方）

申込受付：1月7日（金）午前9時～21日（金）午後5時迄

FAX：33-6588 メール：kaikan@hiratsukasyakyo.net

FAX,メールでお申し込みの際は氏名（フリガナ）年齢、
連絡先を必ずご記入ください。

お申込・お問合せ：平塚市福社会館 平塚市追分1-43 電話：33-2333
午前8時30分～午後5時（土日祝日を除く）

* 駐車場に限りがありますので、公共交通機関でお越しください

