

# ヨ *yoga* ガ

平成27年 **3月 27日 (金)**

**徳地山村開発センター 3F 宿泊室**

**19:00~21:00**

**定員  
15名**

**参加費  
500円**

**対象:徳地地域に在住・在勤  
おおむね20~40代の方**

**講師:松崎織江先生**

**しめきり  
3/24(火)**

☆動きやすい服装でお越しください

☆ヨガマットはこちらで用意します

☆タオルはご持参ください

託児を予定しています

ご希望の方はお問い合わせください

「ヨガをしたことないんだけど」  
「体がたいけど大丈夫かな」  
という方もお気軽にご参加いただける内容となっています。

体と心を  
リラックスさせて



申込・お問合せはお電話で  
徳地地域交流センター  
(0835)52-0217

ほっとする時間を  
作りませんか？

ヨガで体と心をほぐした後は、温かい飲み物と軽食で  
プチ交流タイムを予定しています。



主催 徳地地域交流センター