

第2期 中高年のための 健康づくりヨガ教室

- ヨガで心と体のバランスを整えましょう -



開催場所：中央会館（ホール）

開催時間：14:00～15:30

講師：井上香先生

受講料：7,000円（10回分：傷害保険料含む）

定員：20名（先着順・女性のみ）

準備物：運動のできる服装、タオル、飲み物など

日程：全10回木曜日

7月 13日 20日 27日

8月 3日 10日 24日

9月 7日 14日 21日 28日

お申込・お問合せ先

（一財）大阪市コミュニティ協会 中央区支部協議会（大阪市立中央会館内）

TEL：06-6211-0630 ※ 1階受付にてお申込み下さい