

2月

週末・祝日

ヨガレッスン☆

ご案内☆



場所：大野田コミュニティ・センター

各回

1,500yen

ハーブティー付



【自律神経を整えるヨガ】レッスン

身体をじっくりと温めながら
気持ち前向きになれるポーズで
自分を労わりましょう！

2／11(水)
10:00～11:15

定員6名



【手話ヨガ】レッスン

手話やジェスチャー、音声等を
使ってヨガをやります！
耳が聞こえない方も聞こえる方も
どちらの方もご参加できます。

2／22(日)
10:00～11:00

定員6名

【予約制】

Instagramのリンク、DMかメール、QRコードよりご予約ください



24h
ご予約OK

Instagram: minmasu.43

mail: masuminmin.4.3@gmail.com