

受講生募集中



beauty

玲月



relax

ヨガ

日時：第1・2・3・4 木曜日

18:45~20:00

20:15~21:30

(月4回)

場所：姫路市勤労市民会館

3階 第1和室

月謝：4,800円

講師：山本 由美先生

持ち物：ヨガマット・五本指靴下

～講師 山本先生より～

呼吸に合わせて身体を動かして
心身共にしなやかに整えていきます。

免疫力もアップしますよ♪

申込み：姫路市勤労市民会館受付に
電話、または直接お問い合わせ
ください

姫路市勤労市民会館

〒670-0976
姫路市中地354番地

TEL：079-298-3331

URL:<https://himeji-kinro.net/> (火曜日休館)

姫路市勤労市民会館
ホームページURL

