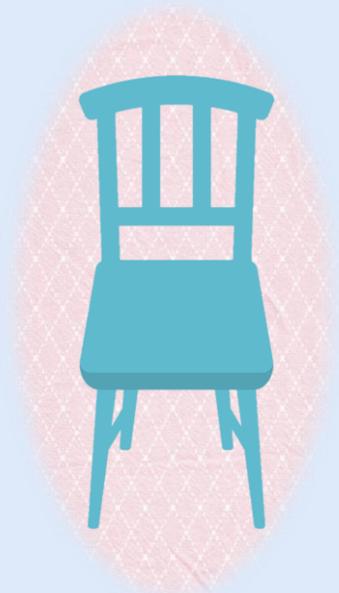


やさしい イスYOGA

～アロマの香りに包まれて～

アロマの香りに包まれながら
心も体もリラックス。
イスに座ってYOGAを行います。
セルフマッサージも教えて頂きます！



日時 4/11・25 5/9・23 6/13・27
7/11・25 8/8 9/12・26
全11回 金曜日 11:00～12:30

定員 30名（応募多数の場合抽選）

参加費 700円（材料費・保険料）

申込み 2/15日(土)～3/14(金)
官製はがき持参で受付まで