

はじめての方も
大歓迎です！

リラックス・ヨガ

講師 ヨガインストラクター
清水 八恵 先生



開催日

2022年 11/30(水) 12/19(月)

2023年 1/25(水) 2/22(水) 3/22(水)

14～15時

時間

ruyka1階メインホール

会場

対面10名 オンライン数名

定員

500円 (お釣りのないようご用意お願いします)

参加費

バスタオル・タオル・飲み物

動きやすい服装でご参加ください

電話またはメールで

☎011-807-0810(平日9～16時)

✉ruyka2021@gmail.com

HP <https://ruyka2021.wixsite.com/website>



どなたでも参加できます

