

シニア向け ヨガ教室

優しいヨーガ



～ ゆっくりとした呼吸で
体と心をほぐしましょう ～

日時: 令和7年5月19日、26日、
6月2日、9日、16日

全5回 月曜日

午後 3時00分～5時00分

定員: 12名

費用: 無料



募集期間 令和7年4月21日～25日

※ 電話または梅若ゆうゆう館受付までお越しください。

梅若ゆうゆう館の情報は、こちらの
QRコードからも見られます。



梅若ゆうゆう館 5630-8630