

笑 い ヨ ガ 教 室



ワッハハでストレス解消!



日時 6月16日(土)10時から12時 会場 金古公民館(高崎市金古町/278番地2)
講師 左右田悦子先生(インストラクター) 主催 金古運動広場・広場Jr.ボランティアClub
持ってくる物 ヨガマット(なければバスタオル)・飲み物・汗ふきタオル 参加費 無料
絵:広場やるベンチャーグループ 中島・生方・矢口・柳沢・坂本

～笑いながらヨガをして体と気分をスッキリさせます!!～