

募集

青竹エクササイズ講座

2回講座

足裏のツボを刺激し、健康維持に挑戦してみませんか？

皆さん参加してください。

日時：5月13日（木） 10:00～11:00（予定）

講師：koyuki さん

場所：久々利地区センター 2階 ホール

定員：10名（先着順）

参加費：110円

持ち物：ヨガマット、フェイスタオル、水分補給の飲み物、
裸足又は室内シューズ

※ヨガマットの無い方は貸し出します。

※マスクは必ず着用のこと。

申込締切：5月6日（木）17:00まで ※青竹購入のため

◎申込締切後のキャンセルは、参加費をいただきます。

【コロナ禍において講座の開催を中止する場合、申込された方にご連絡します。】

男性の方も大歓迎です！

