

# 杉田さんの yoga 体験

日 時 12月11日 (火)

10時15分～

場 所 あしたむらんど (下條村図書館)

「アートギャラリー」

持ち物 ヨガマット (バスタオル可)

水筒 (水分補給)

お子さんと一緒にどなたでも参加できます。

終わった後はとても気持ち良いですよ。

日頃の疲れが少し解消されるかも……………

参加される方は事前申し込みをして下さい。

申込み先… つどいの広場・教育委員会

問い合わせ先… TEL0260-27-1050 (担当生嶋)

申込み期限12月6日 (木)

