

3月 健康すこやかヨガ

4日(月)・18日(月)

- 日時 ✿ 毎月第1・3月曜日 19時～20時
場所 ✿ 上鳥羽北部いきいき市民活動センター 会議室2
参加費 ✿ 無料 (60歳以上の方)
持ち物 ✿ ヨガマット (大き目のバスタオル)・水分補給

主催：社会福祉協議会 協力：上鳥羽北部いきいき市民活動センター

