

6月 健康すこやかヨガ



4日(月)・18日(月)

日時:毎月第1・3日曜日 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

持ち物:ヨガマット(大きめのバスタオル)・水分補給

参加費:無料

対象:60歳以上の方

主催:社会福祉協議会

体験参加可能です!
一緒に健康づくりしませんか??

