

下松市駅南市民交流センターきらぼし館主催

ゆったりヨガ&健康体操

無料体験会!

講師：健康運動指導士 竹内里恵先生

日時：平成31年3月21日(木・祝) 午前10時~11時

* 予約の必要はありません

場所：下松市駅南市民交流センター きらぼし館

(0833)48-6080 月曜日休館



運動経験の無い方でも
安心して参加できます!

運動できる服装・くつ・飲み物
フェイスタオルを1枚ご持参ください。



きらぼし館では毎週教室を開催しております。(初回は無料で体験できます)

☆ ゆったりヨガ教室

木曜日 時間：10時~11時 料金：1回 500円

☆ 健康体操教室

火曜日 時間：10時~11時 料金：1回 500円

木曜日 時間：11時~12時 料金：1回 500円

* 当館専用の駐車場はございませんのでご了承願います