

アフタヌーンヨガ教室

中高年者を対象にしたヨガ教室です。自分の身体を知り、変化を感じてもらうことができます。

・日程 8月30日(木)~10月18日(木) 全8回
※予備日 10月25日(木)



・時間 15時15分~16時45分

・場所 福岡市立東体育館 健康体力相談室

・対象 40歳以上 定員 20人 参加料 3,700円

・講師 坂部 由紀子 先生

・応募期間 平成30年7月1日~15日 必着

・応募方法 往復はがきに教室名・参加者の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて東体育館に郵送。

〒813-0003 福岡市東区香住ヶ丘1丁目12-2
福岡市立東体育館

