

# ボランティア☆ステージ 第5弾

## 第1部 フラダンス

〈協力団体 フアマ+〉

～優雅なフラダンスをお楽しみください～



## 第2部 チェアヨガ

〈協力団体 はっぴーみーる〉

(講師: ヨガインストラクター 戸田秀幸氏)

～元気に体を動かして、笑顔にないましょう♪～



今回は2つの団体様による催し物になります。お気軽にご参加ください！

日にち：令和4年1月13日(木)

時間：10時～11時

会場：いずみ野地域ケアプラザ(多目的ホール)

定員：15名 対象：どなたでも

参加費：無料

持ち物：飲み物・室内履き

\*動きやすい服装、マスク着用でご参加ください。

【お申込み・お問い合わせ】

いずみ野地域ケアプラザ ☎045-800-0322

申し込み  
受付中