

金 Yoファットネス

9月10月は、シムラ整体院先生による
ゆがみなおし体操



志村 茂 講師



9月23日 (金) 14:00~15:00

10月28日 (金) 14:00~15:00

2階多目的ホール (舞岡柏尾地域ケアプラザ)
動きやすい靴と服装でお越しください。
持ち物：水分、汗拭きタオル
参加費無料 お申込みください

お申し込み 舞岡柏尾地域ケアプラザ 045-827-0371