

2024年11月 予定表 椅子ヨガ @麻溝台自治会館

10時 ~ 11時30分

椅子ヨガ、呼吸法、**心身に深いリラックス**
ヴェーディック・マナナ (Vedic Manana)、グループワーク
いつも白熱してますよ!

11月 7日 (木)
11月14日 (木)
11月21日 (木)
11月28日 (木)

お待ちしております、駐車場無料
初めての方は、必ずご連絡ください!

お申込はこちらからメールで→



あるいはお電話で

090-7709-1982

留守電に、お名前と、ご用件をお残してください!

