

さむかわで
癒しの
のんびり
時間 特別編！

「貝殻キャンドル」

2024/9/2 (MON)

14:00-15:30

シンコースポーツ

寒川アリーナ

1F控室D



寒川応援！地元企業コラボ企画

できる限り地元産のお花を使いフラワーアレンジメントを楽しむ
月に1回、植物とふれあう癒しの時間。今回は特別編としてキャンドルを作ります。
プレゼントにもおすすめです。

講師 原(千秋園) 定員 8名 参加費1,650円(現金/税込) 申込期限 8/30(FRI)

申込・問合せ シンコースポーツ寒川アリーナ0467-75-1005

気になるメタボ...

薬膳けいらくヨガ



「水を飲んでも太る...」
「食べ過ぎているつもりはないのに...」
その答え、東洋医学でみつかるとかも...
タイプ別診断で自分の体質を知って
メタボに備えよう！

2024.09.30 (MON)

時間 ▶ 10:00-11:30 参加費 ▶ 500円(現金/税込)

講師 ▶ 石見 先着 ▶ 20名 会場 ▶ 武道場床

お申込み・お問い合わせ
シンコースポーツ寒川アリーナ 0467-75-1005