

疾患別ヨガセラピー”更年期障害”

YOGA Therapy



2024年5月16日(木)

10:00-11:30

「更年期」って知っているようで実はよく知らなくてモヤモヤ...
これからの人も、真っただ中の人も、乗り越えた人も、男性も!
話を聞いてスッキリ! ヨガで体も整えてスッキリ!

今年度今回限りの限定講座となります。

講師: 石見
(公認ヨガインストラクター)

場所: 武道場床
(シンコースポーツ寒川アリーナ)

参加料: 500円(税込)

定員: 先着20名

シンコースポーツ寒川アリーナ(寒川総合体育館)
Tel : 0467-75-1005