

令和7年度

高来公民館

成人講座募集中！！

ヨガの呼吸で



お腹からぽかぽか
(全2回) しませんか



ヨガで体をほぐしリラックスの方法を学びます。

日時: 2月7日(土)・21日(土)

10時～12時

場 所: 高来会館

対 象: 成人

定 員: 15人

申込×切: 1月23日(金)

■申込・問合せ先

高来公民館 ☎32-2111