

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

申込み〆切：1月23日（金）

■申込・問合せ先
高来公民館 ☎32-2111