

ヨガ教室のご案内

参加費無料・先着30名 要申込み

令和6年5月29日(水) 14時～15時

※受付は13時45分から開始します

場所：龍田公民館 2階ホール

講師：山口 恵梨氏 (リハビリセンター smile-スマイル-光の森)

楠・楡木・龍田・龍田西・武蔵・弓削校区にお住まいの方は
どなたでも参加OK!!(年齢不問)



熊本健康アプリミッション
ポイント獲得の対象です



必要なもの (各自持参)

上履き(土足禁止のため)

靴を入れる袋

飲み物

汗拭き用タオル

動きやすい服装

ヨガマットなどの敷物※

※ヨガマットや敷物が無い方は申込時にお知らせください。
貸出可能ですが、数に限りがあるため
申込順とさせていただきます。
ご了承ください。

共催：リハビリセンター smile-スマイル-光の森
熊本市高齢者支援センター ささえりあ武蔵塚



通所介護・介護予防 光の森リハビリセンター smile-スマイル-



高齢者支援センター ささえりあ

申込先：熊本市高齢者支援センター ささえりあ武蔵塚

☎096-339-8130

【受付時間】

月～土曜 8:30～17:30 (祝日休)