サークル活動紹介シート

団体名

リラックスヨガ

ジャンル

健康

活動日時

毎週火曜日
19：30 ～ 20：30

見学

可・不可

活動内容

ゆっくりと体を整え、呼吸をコントロール
しながらカラダもココロもしなやかに。
痛みや不調の少ない体づくりと
気持ちを穏やかにくつろがせていく
ヨガレッスンです。
無料体験レッスン随時受付中です。

活動写真

ご連絡先

担当者名 村垣（むらがき） 友梨（ゆり） TEL：070-5346-5858

吹田市立 千里丘市民センター
指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト㈱