

令和7年5月9日

両津地区公民館講座「火曜夜ヨガ教室」を開催します

両津地区公民館では、6月に「火曜夜ヨガ教室」を開催します。

ヨガの経験や年齢、性別、身体の柔軟性は関係ありません。じっくりと丁寧に身体を動かし、全身の巡りを良くしていきましょう。

日 程 全4回 6月の毎週火曜日 6月3日、10日、17日、24日
時間は、全て午後7時から8時までです。

会 場 両津地区公民館 3階 和室2・3

内 容 両津地区の方を対象に、井出かなえさん(YOGA studio Light)を講師に迎え、
ヨガ教室を開催します。
(先着順で定員 20 人程度、参加費は 1,200 円(65 歳以上の方は無料)です。)

その他 申込期限は5月 12 日(月)から5月 23 日(金)までです。

本件についての問い合わせ先

佐渡市教育委員会

社会教育課東教育事務所

両津地区教育係 担当: 菊田

電話(直通)0259-27-4181

