

あわじ荘職員・地域の方対象

ヨガ教室

場 所：シルバーサポートのじま

実施日：毎週月曜日

（祝日及び振替休日は休み）

時 間：午後7時～8時

参加費：1000円

※ヨガマットの貸し出しあり

運動できる服装、飲み物・タオル等持参

※予約なし（直接参加ください）

【お問い合わせ先】 シルバーサポートのじま（旧野島保育所）

TEL0799-80-2700 担当：田中