



ヨーガで心身ともにリラックス&リフレッシュ！！
 初心者も大歓迎(^^)/
 お気軽にご参加ください★★★

リラックス&リフレッシュ★

ハッピーヨーガ

教室



2022年

7月 14・21・28日

8月 4・18・25日

9月 8・15・22日

いずれも 木曜日 14:00~15:30



日時

参加費

800円/回

持ち物

ヨガマットまたはバスタオル

定員

20名

申込

正雀市民ルーム窓口

またはお電話にてお申し込みください★



(有)プレマサット・サンガ ヨーガスタジオ
 各地で人気の教室を開催しています

正雀市民ルームの代表講師 青山 亜沙子 先生 (あおやま あさこ)
 永年プレマ・サット・サンガの講師として
 区民センターやカルチャー教室等で指導をされています。
 初心者の方、身体の硬い方等、どなたでも安心して受講して頂けます。



PREMASATSANGA

摂津市立 正雀市民ルーム

指定管理者:株式会社ビケンテクノ
 〒566-0024
 大阪府摂津市正雀本町1-11-1
TEL : (06)6381-0116
 URL : <http://shojyaku.net/index.html>

正雀市民ルーム
 ホームページURL

