

団体紹介資料

ふりがな 団体名	椅子ヨガ体操
活動内容	椅子を使用してのヨガ
団体及び活動内容 のPR	椅子ヨガは床に座る事がないので ひざへの負担が少ないため高齢者 は運動しやすいと思います。 皆で集まってコミュニケーションを 取り仲間と楽しく日常に 笑いを入れる
実施場所	泉公民館 2F ホール
実施日	14:00 ~ 15:30 毎週金曜日
実施時間	14:00 ~ 15:30
団体の登録者数	23 人
会費	会費 (月額 あたり 500 円) ・ 無
講師名	市川 ^{カスヨ} 裕子
問合せ先	氏名 川岸 初紀 電話番号 090 9940 1275

※当資料は窓口での縦覧及び市ホームページ掲載等により、広く一般に公開します。