

団体紹介資料

ふりがな 団体名	ヨ-カ教室
活動内容	ヨ-カ実践
団体及び活動内容 のPR	ヨ-カの実践によりストレスの解消と 健康増進、体の調子を整え精神 の安定を促す 骨盤底筋体操をして尿漏予防 と改善をする
実施場所	泉西公民館 和室
実施日	毎週木曜日
実施時間	13:00 ~ 15:00
団体の登録者数	10 人
会費	① (1回 あたり 500 円) ・ 無
講師名	山中 喜恵子
問合せ先	氏名 下司 篤子 電話番号 090-9936-4914

※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。